

# नैतिक शिक्षण

(भाग-१)



# નૈતિક શિક્ષણ

(ભાગ-૧)

યુગનિર્માણ યોજનાના આદર્શો અને સિદ્ધાંતો  
(પ્રથમ ભાગ)

લે. પં. શ્રીરામ શર્મા આચાર્ય

પ્રકાશક

યુગ નિર્માણ યોજના વિસ્તાર ટ્રસ્ટ  
ગાયત્રી તપોભૂમિ, મથુરા.

ફોન (૦૫૬૫) ૨૫૩૦૧૨૮, ૨૫૩૦૩૯૯  
મોં ૦૯૯૨૭૦૮૬૨૮૭, ૦૯૯૨૭૦૮૬૨૮૯  
ફેક્સ (૦૫૬૫) ૨૫૩૦૨૦૦

પ્રાપ્તિ સ્થાન

શાખા અમદાવાદ

ગાયત્રી જ્ઞાનપીઠ, પાટીદાર સોસાયટી,  
જૂના વાડજ, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૧૩  
ફોન ૦૭૯-૨૭૫૫૭૨૫૨

સુધારેલી આવૃત્તિ-૨૦૧૦

કિંમત રૂ. ૪૨.૦૦

## અનુક્રમણિકા

પાન નં.

● ભૂમિકા	૪
૧. આસ્તિકતા અને ઉપાસનાનું પ્રયોજન - પ્રતિક્ષણ	૧૭
૨. દેવવાદ અને પૂજા-અર્ચનાનું સહસ્ય	૨૧
૩. જીવનલક્ષ્ય સમજીએ અને તેને પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયત્ન કરીએ	૨૫
૪. સ્વર્ગ અને મુક્તિનો આનંદ આ જીવનમાં જ સંભવી શકે	૨૯
૫. કર્મફળ આજે નહીં તો ક્રલે ભોગવવું જ પડશે	૩૪
૬. દુષ્કર્મોના દંડથી પ્રાયશ્ચિત્ત જ છોડાવી શકે	૩૮
૭. આપણે કામનાગ્રસ્ત નહીં, પ્રગતિશીલ બનીએ	૪૨
૮. ભાગ્યવાદ આપણને નપુંસક અને નિર્જીવ બનાવે છે	૪૬
૯. બૌદ્ધિક પરાવલંબન દૂર કરો	૫૦
૧૦. જ્ઞાનયોગ, કર્મયોગ, ભક્તિયોગની મહાન સાધના	૫૫
૧૧. આધ્યાત્મિક જીવનનાં પાંચ ચરણ	૫૯
૧૨. દરેક દિવસને એક નવો જન્મ સમજીએ અને તેનો સદુપયોગ કરીએ	૬૩
૧૩. સ્વાધ્યાય : દૈનિક જીવનની અનિવાર્ય આવશ્યકતા	૬૭
૧૪. આપણું મહાન મહત્ત્વ સમજીએ અને આપણી જાતને સુધારીએ	૭૧
૧૫. કર્તવ્યપરાયણતા - માનવ જીવનની આધારશીલા	૭૫
૧૬. અસત્ય વ્યવહાર - સદ્ભાવના અને સામાજિકતા ઉપર કુદ્ધરાધાત	૭૯
૧૭. બેઈમાની નહીં, ઈમાનદારીનો માર્ગ અપનાવીએ	૮૪
૧૮. હસતી અને હસાવતી જિંદગી જ સાર્થક છે	૮૮
૧૯. પોતાનું જ નહીં, સમાજનું કંઈક હિત સાધવું જોઈએ	૯૨
૨૦. સજ્જનતા અને મધુર વ્યવહાર - મનુષ્યતાની પહેલી શરત	૯૬
૨૧. સાહસ વધારો - ઔચિત્ય અપનાવો	૧૦૧
૨૨. આળસ ત્યાગો - સુસંપન્ન બનો	૧૦૫
૨૩. સમયનો સદુપયોગ - સફળતા માટે અમોઘ વરદાન	૧૦૯

૨૪.	અવરોધ આપણને અધીરા ન બનાવી દે	૧૧૩
૨૫.	આવેશગ્રસ્ત ન બનો - શાંતિ અને વિવેકથી કામ લો	૧૧૦
૨૬.	વિચારશક્તિનું મહત્ત્વ સમજો અને સદુપયોગ કરો	૧૨૧
૨૭.	આરોગ્યરક્ષા માટે સંતુલન આવશ્યક છે	૧૨૬
૨૮.	સ્વાસ્થ્યરક્ષા માટે પ્રકૃતિનું અનુસરણ આવશ્યક	૧૩૦
૨૯.	આહાર અને વિહારમાં અસંયમી ન બનીએ	૧૩૪
૩૦.	સંયમી બનો, સુખી રહો	૧૩૮
૩૧.	આપણે અસ્વચ્છ ન રહીએ, તિરસ્કૃત ન બનીએ	૧૪૩
૩૨.	ઢબતી ઉમરનો ઉપયોગ આ રીતે કરીએ	૧૪૭
૩૩.	અનીતિથી સતર્ક રહો, અન્યાયને રોકો	૧૫૧
૩૪.	જે અનુચિત છે, તેની સાથે સહમત ન થાઓ	૧૫૫
૩૫.	ઔચિત્યની પ્રશંસા અને અનોચિત્યની નિંદા કરવામાં આવે	૧૫૯
૩૬.	સુવ્યવસ્થા જ પરિવારોને સુવિકસિત રાખી શકશે	૧૬૩
૩૭.	દાંપત્ય જીવન : એક આધ્યાત્મિક યોગસાધના	૧૬૮
૩૮.	પતિવ્રત જ નહીં, પત્નીવ્રત પણ નિભાવીએ	૧૭૨
૩૯.	સંયુક્ત પરિવારપ્રણાલી - એક શ્રેયસ્કર પરંપરા	૧૭૬
૪૦.	સંતાન કેટલાં અને શા માટે પેદા કરવાં ?	૧૮૦
૪૧.	સુસંસ્કૃત સંતાન માટે પૂર્વ તૈયારી આવશ્યક છે	૧૮૫
૪૨.	બાળકોને માત્ર જન્મ ન આપો; તેમનું નિર્માણ પણ કરો	૧૮૮
૪૩.	સંતાનોને સ્વાવલંબી બનાવવાં એ જ પર્યાપ્ત છે	૧૯૩
૪૪.	લાજ કાઢવાની પ્રથા - નારી સાથેના વર્તનની એક જંગલી અનીતિ	૧૯૭
૪૫.	એક પાઈનો પણ અપવ્યય ન કરીએ	૨૦૧
૪૬.	ધનનું ઉપાર્જન જ નહીં, સદુપયોગનું પણ ધ્યાન રાખો	૨૦૫
૪૭.	અપવ્યય અને કેશનપરસ્તી - એક ખામી	૨૦૯
૪૮.	ધરણાંની ભૂંડી કેશન - દરેક દૈષ્ટિએ હાનિકારક	૨૧૩
૪૯.	માંસ - માનવતાનો ત્યાગ કરીને જ ખાઈ શકાય	૨૧૬
૫૦.	તમાકુનું દુર્વ્યસન છોડી જ દેવું જોઈએ	૨૨૦

## ભૂમિકા

આપણો દેશ હજારો વર્ષની ગુલામીમાંથી હમણાં જ મુક્ત થયો છે. આ લાંબા સમય સુધી દેશને ક્રુણામય પીડામાંથી પસાર થવું પડ્યું છે. આવા ખરાબ દિવસોમાં તેને પોતાની હજારો વર્ષથી શરૂ થયેલી બૌદ્ધિક ભ્રાંતિઓ, અનૈતિક આકાંક્ષાઓ અને સામાજિક ઢાંચો અસ્તવ્યસ્ત હોવાથી સહન કરવું પડ્યું, નહિતર આટલા મહાન, આટલા બહાદુર દેશને આટલા લાંબા સમય સુધી કષ્ટ ન સહન કરવું પડે.

સદ્ભાગ્યે રાજનૈતિક સ્વતંત્રતા મળી ગઈ. તેથી આપણને આપણું ભાગ્ય બનાવવા-બગાડવાનો અધિકાર મળી ગયો. આ ઉપલબ્ધિ તો મહાન છે, પણ આટલાથી જ કામ નહીં ચાલે જે કારણોથી આપણે ભૂતકાળમાં ખરાબ દિવસો જોવા પડ્યા, તે કારણો આજે પણ હયાત છે. તે દૂર કરવા માટે પ્રબળ પ્રયત્નની જરૂર છે. નહિતર ફરીથી તેવું જ સંકટ આંતરિક કે બાહ્ય રીતે ઊભું થશે અને આપણી નવી સ્વાધીનતા ભયમાં મુકાઈ જશે. વ્યક્તિ અને સમાજને દુર્બળ કરતી વિકૃતિઓ તરફ ધ્યાન દેવું જ પડશે અને જે અયોગ્ય છે, અનિચ્છનીય છે, તેમાં ઘણું એવું છે જેને બદલ્યા વિના કામ નહીં ચાલે. સાથોસાથ આ તત્ત્વોનો આપણી નીતિ-રીતિમાં સમાવેશ કરવો પડશે; જે પ્રગતિ, શાંતિ અને સમૃદ્ધિને માટે અનિવાર્ય રૂપે આવશ્યક છે. આ હેતુની સિદ્ધિ માટે “યુગનિર્માણ યોજના” એક પ્રકાશ અને પ્રયત્નોના રૂપે રજૂ થઈ છે.

ઘણા દિવસોના અથાગ પ્રયત્નો કરીને દેશના વિચારશીલ ચરિત્રવાન અને માનવીય ભવિષ્યના નિર્માણમાં અભિરુચિ રાખનારી, કર્તવ્યનિષ્ઠ વ્યક્તિઓની એક શૃંખલા બનાવી છે જેની સાથે લાંબા સમય સુધી સંબંધ બાંધીને, સંપર્ક સાધીને એવા યોગ્ય બનાવવામાં આવ્યા છે કે ભાવનાત્મક નવનિર્માણના વિશાળકાળ અભિયાનમાં પોતાનું સમુચિત યોગદાન આપી શકે. આ સમૂહ દ્વારા વ્યક્તિનિર્માણ, પરિવારનિર્માણ તથા સમાજ નિર્માણ માટે જે છૂટક પ્રયત્નો થતા

રહેતા હતા, તેને હવે સંગઠિત અને વ્યવસ્થિત કરીને “યુગનિર્માણ યોજના” અંતર્ગત એક નિયોજિત અને ક્રમબદ્ધ દિશામાં કામ કરવા માટે અભિમુખ કરવામાં આવ્યા છે.

ભારતીય સમાજની વર્તમાન પરિસ્થિતિને ધ્યાનમાં રાખીને જ યોજનાને વર્તમાન સ્વરૂપ આપવામાં આવ્યું છે. જો કે કાર્યકર્તાઓમાંથી અધિકાંશ તે જ સમાજના છે. તેથી તેઓનો પ્રભાવ અને કાર્યક્ષેત્ર ઘણું કરીને એ જ સીમા સુધી મર્યાદિત છે. હિંદુ સમાજની વર્તમાન સ્થિતિ કે અભિરુચિને ધ્યાનમાં રાખીને જ કાર્યશૈલીનો એક મુસદ્દો ઉપસ્થિત કર્યો છે, જે અહીં રજૂ કરેલ છે. પરંતુ આનો અર્થ એવો ન કરશો કે આ નવી પદ્ધતિ તેના સીમિત ક્ષેત્ર સુધી જ મર્યાદિત રહેશે. આપણા પ્રબળ પ્રયત્નો બીજા સમાજ, દેશ, ભાષા અને સંસ્કૃતિને અનુરૂપ યોજનાઓ બનાવવાના ચાલુ છે. તે પ્રદેશની મનોદશા જોઈને તરત જ કાર્યનો આરંભ કરવામાં આવે. આજની સાધન સંકીર્ણતામાં એક સાર્વભૌમ આંદોલન સિદ્ધાંતની દૃષ્ટિએ ઠીક છે, પરંતુ વ્યવહારમાં તે શક્ય નથી. તેથી મારા પ્રયત્નો એવા છે કે દિશા, યોજના, લક્ષણ તો એક જ રહે, પણ ક્ષેત્રીય, વર્ગીય ભિન્નતાઓને અનુરૂપ તેને અનેક ભાગોમાં, અનેક સ્વરૂપોમાં, અનેક કાર્યક્રમોમાં વિભાજિત કરીને; વિશ્વવ્યાપી જનસમાજને એક ધર્મ, એક દેશ, એક જાતિ, એક આચાર, એક ભાષાના એકાત્મ લક્ષ્ય સુધી પહોંચાડી દેવામાં આવે. સાર્વભૌમ એકતા અને ‘વસુધૈવ કુટુંબકમૂનો’ આદર્શ, માત્ર પુસ્તકો સુધી જ સીમિત ન રહે અને આગળ વધીને વ્યવહારમાં ઉતારી શકાય અને તે જ એકતાને આધારે બાહ્ય શરીર અને આંતરિક જીવનની સુખ શાંતિને પ્રાપ્ત કરી શકાય. જે રીતે આ યોજના હિન્દુ સમાજ, હિન્દુ દર્શનને લક્ષમાં રાખીને નિર્મિત કરવામાં આવી છે, એવી જ યોજના દરેક વખતે, દરેક દેશ, દરેક ધર્મ, દરેક સમાજની સ્થિતિને ધ્યાનમાં રાખીને તરત જ રજૂ કરવામાં આવશે. તેને, તે વર્ગની વ્યક્તિઓ કાર્યાન્વિત કરવાનો મોરચો સંભાળશે.

આ યોજનાનું સંચાલન વૃન્દાવન રોડ, મથુરા ખાતે ‘ગાયત્રી

તપોભૂમિ' નામે આશ્રમ દ્વારા થાય છે. આ તેનું કેન્દ્રીય કાર્યાલય છે. મથુરાથી એક માઈલ દૂર વૃન્દાવન રોડ ઉપર આ ભવ્ય આશ્રમ પ્રાચીનકાળનાં ભવ્ય તીર્થોનું જીવંત સ્મરણ કરાવે છે. ગાયત્રી મંદિર, અખંડ અગ્નિ ઉપર નિત્ય યજ્ઞ, સાધના-તપશ્ચર્યાનું વાતાવરણ, સાથે જ સાહિત્ય નિર્માણ, પ્રકાશન અને વિદ્યાધ્યયનનો અહીંનો અદ્ભુત સમન્વય દેવાલયો માટે એક આદર્શ નમૂનારૂપ છે. આ જ ભવ્ય ઈમારતમાં પ્રવચન હોલ, પુસ્તકાલય, કલા-ભારતી, સાથે જ વૃક્ષવનસ્પતિનું નયનાભિરામ આકર્ષણ-દર્શનીય છે. અહીં ૧૦૦થી વધારે વ્યક્તિ લોકમંગલના કાર્યક્રમોને હાથ ધરવા માટે સ્થાયી નિવાસ કરે છે. આ કાર્યકર્તાઓની સેવાભાવના અને ઉચ્ચશિક્ષણ કેવો ચમત્કાર ઉત્પન્ન કરે છે, તે પ્રત્યક્ષ જોઈને જ ખ્યાલ આવે. વિચારક્રાંતિની દિશામાં સાહિત્યનિર્માણનું અનુપમ કાર્ય આ જ કેન્દ્રમાંથી થયું છે. ભારતીય સમાજના લગભગ સમસ્ત ધર્મગ્રન્થો, વેદોથી શરૂ કરીને પુરાણો સુધી એટલા માટે પ્રકાશિત તથા નુવાદિત કરવામાં આવ્યા છે કે, ભારતીય સંસ્કૃતિ પ્રતિગામી નહીં, પરંતુ તેનો પ્રત્યેક સંદેશ પ્રગતિશીલ છે. જે અંધ પરંપરા અને રૂઢિઓ પ્રચલિત છે, તે આપણા ધર્મનું અંગ નથી, પરંતુ મધ્યકાલીન અંધકારમય યુગની માત્ર વિકૃતિઓ જ છે. વર્તમાન કુરિવાજોનો ધર્મ સાથે કોઈ સંબંધ નથી. આ બાબતને સિદ્ધ કરવામાં આ આર્ષ સાહિત્યના પ્રકાશને દરેક આસ્થાવાનને (શ્રદ્ધાવાનને) વિચારવા માટે એક નવી દિશા આપી છે અને આસ્થાઓના પુનર્વિચાર માટે એક મહત્ત્વપૂર્ણ અવસર મળ્યો છે. આ પુરાતનને ફરીથી નવીન સાથે જોડી દેવાથી સંભવતઃ આ સાહિત્યસર્જન એક અદ્ભુત ભૂમિકા ભજવશે.

સાહિત્ય નિર્માણનો સંસ્થાનો વર્તમાન કાર્યક્રમ નાનો હોવા છતાં મહત્ત્વપૂર્ણ છે. વિજ્ઞાનના આધારે અધ્યાત્મનાં તથ્યો અને સત્યો પ્રતિપાદિત કરતી "અખંડ જ્યોતિ" પત્રિકાએ નાસ્તિકોને આસ્તિક અને અવિશ્વાસુઓને વિશ્વાસુ બનાવવામાં અદ્ભુત સફળતા મેળવી છે. બુદ્ધિજીવીઓમાં આસ્થા ઉત્પન્ન કરી શકે તેવી અતિ ઉચ્ચ કોટિની

પ્રામાણિક પાઠ્યસામગ્રી રજૂ કરતી સંસારની આ એકમાત્ર પત્રિકા છે, જેને વાંચીને લોકો આશ્ચર્ય પામે છે કે વિજ્ઞાન અને અધ્યાત્મ જેવા પરસ્પર વિરોધી લાગતાં તત્ત્વોને એક બીજાનાં સમર્થક, પૂરક સિદ્ધ કરવાનો આ અદ્ભુત પ્રયાસ કોણ કરે છે ? કેવી રીતે કરે છે ? આ અશક્ય લાગતી વાતને શક્ય બનાવવાનો પ્રયાસ “અખંડ જ્યોતિ” પત્રિકાના રૂપે જે પણ જુએ છે તે ઘણા જ પ્રસન્ન અને આશાવાદી બને છે.

“યુગનિર્માણ યોજના” એ વ્યવહાર અને અધ્યાત્મનો સમન્વય કરીને જીવન જીવવાની કલાને એક સાંગોપાંગ આચારપદ્ધતિના રૂપમાં ઉપસ્થિત કરી છે. આને ‘સંજીવની વિદ્યા’ પણ કહી શકાય આવા આચાર અને વિચારના સંમિશ્રિત શાસ્ત્ર સંબંધી લગભગ ૩૦૦ પુસ્તિકાઓ છપવામાં આવી છે. આ જ ટ્રેક્ટ સાહિત્યમાં લગભગ ૧૦૦ જીવનચરિત્ર એક વિશિષ્ટ દૈષ્ટિપૂર્વક છાપવામાં આવ્યાં છે, કે જેથી વાચકને આત્મનિર્માણ અને સમાજનિર્માણની દિશામાં સરળતાપૂર્વક પ્રેરણા, પ્રકાશ અને નવી દિશા મળી શકે. કવિતા અને વાર્તાઓની પણ શ્રેણી આ જ શૃંખલામાં પ્રકાશિત કરી છે. ઉપયોગિતાની દૈષ્ટિએ એમ લાગે છે કે નજીકના ભવિષ્યમાં જ ૧૦૦૦ ટ્રેક્ટ બૂક્સનું પ્રકાશન કરવું પડશે.

નૈતિકક્રાંતિ, વિચારક્રાંતિ અને સામાજિકક્રાંતિની પ્રેરણાને વ્યાપક રૂપ આપવા માટે વિતરણ યોગ્ય વિજ્ઞપ્તિ પ્રકાશિત કરવાની નવી યોજના બહુ જ લોકપ્રિય સિદ્ધ થઈ છે. અત્યાર સુધીમાં તેનાં પચાસ પચાસ હજારનાં સંસ્કરણ છપાઈ ચૂક્યાં છે અને પચાસ લાખ જેટલી હિન્દીભાષી જનતા સુધી પહોંચાડવામાં આવ્યાં છે.

“યુગનિર્માણ યોજના”ના સભ્યોએ નિત્ય વીસ પૈસા અંશદાન અને બે કલાક સમયદાન, જ્ઞાનપણ માટે અર્પણ કરવું વડે છે. રોજના વીસ પૈસાથી તેઓ પોતાના ઘરમાં “ગાયત્રી જ્ઞાન મંદિર” પુસ્તકાલય પ્રસ્થાપિત કરે છે. એ જ અનુદાનમાં તેમને ‘અખંડજ્યોતિ’ ‘યુગનિર્માણ યોજના’ની પત્રિકાઓ તથા નિરંતર પ્રકાશિત થનારી ટ્રેક્ટ બૂક તથા વિતરણ કરવામાં આવતી વિજ્ઞપ્તિ વિ. જ્ઞાતાં રહે છે અને તેના વડે



ધરેલૂ પુસ્તકાલયનો વિસ્તાર બરાબર થતો રહે છે. આ સાહિત્યનો પોતે સ્વાધ્યાય કરે, પોતાના પરિવારને વંચાવે કે સંભળાવે તથા પોતાના પાડોશી-પરિચિતોમાં વંચાવી, પરત લેવામાં બે કલાક રોજ આપવા પડે છે. કેટલાયે સભ્યો પોતાની સાથે આ સાહિત્ય એક સુસજ્જિત થેલામાં લઈને નીકળે છે અને જ્યાં સુધી પોતે પહોંચી શકે ત્યાં સુધી આ યુગ પરિવર્તનકારી સાહિત્યને પહોંચાડે છે. આવાં “ઝોલા પુસ્તકાલય” હજારોની સંખ્યામાં ચાલે છે અને લાખો લોકોને નિયમિત રૂપે ભાવનાત્મક નવનિર્માણનું પ્રશિક્ષણ આપી રહ્યાં છે.

“યુગનિર્માણ યોજના” પત્રિકાના માધ્યમથી આ વિશાળ પરિવાર દ્વારા જે રચનાત્મક કાર્યો થઈ રહ્યાં છે, થઈ ચૂક્યાં છે અને થવાનાં છે તેમના સ્વરૂપ અને નિષ્કર્ષનું એવું ચિત્રણ કરવામાં આવે છે કે આ સર્જનાત્મક અભિયાનમાં જોડાયેલા સભ્યો આ માર્ગમાં આવતી મુશ્કેલીઓ, તેમનું સમાધાન અને પ્રયત્નોનાં પરિણામોને પ્રથમથી જ ધ્યાનમાં રાખે અને તેના આધારે પોતાના પ્રયત્નોમાં અધિક સતર્કતા અને વ્યવસ્થા સાથે જોડાઈ જવાનું શક્ય બને. આંદોલન સાથે સંકળાયેલા સર્વ કાર્યકર્તાઓને અને સહયોગીઓને આ પત્રિકાથી ખૂબ જ પ્રકાશ અને માર્ગદર્શન મળે છે તથા પ્રવૃત્તિઓને આગળ વધારવામાં પણ ખૂબ જ સહાયતા મળે છે. સર્જનાત્મક કાર્યોમાં સંલગ્ન વ્યક્તિઓનાં જીવનવૃત્તાંત છપવાં અને જનસાધારણને તેનું અનુસરણ કરવાની પ્રેરણા આપવી તે આ પત્રિકાની અનોખી વિશેષતા છે.

વ્યક્તિગત સંપર્ક સ્થાપિત કરીને નવનિર્માણની વિચારધારાને વ્યાપક બનાવવા માટે હજારો સભ્યો ‘ઝોલા પુસ્તકાલય’ ચલાવે છે. તેનું જ વ્યવસ્થિત, સંગઠિત અને વિકસિત રૂપ “જ્ઞાનરથ”ના સ્વરૂપે જોવામાં આવે છે. આ પ્રયોજન માટે લારી જેવી ગાડીમાં ‘જ્ઞાનરથ’ બનાવવામાં આવ્યો છે. તેમાં આ સાહિત્ય ગોઠવીને નિષ્કાવાન કાર્યકર્તા પોતે જ ચલાવે છે અને ગલી-ગલી, ઘરે-ઘર સુધી વંચાવવાનો, તેને પરત લેવાનો અને વેચાણનો પ્રબન્ધ પણ કરે છે. પ્રતિભાશાળી સમાજસેવકો દ્વારા મહત્વ સમજાવવાથી લોકો થોડીક

પુસ્તિકા ખરીદે છે અને હોશથી વાંચે છે. આ રીતે આવા “ગાયત્રી જ્ઞાનરથ” સફળતાપૂર્વક પોતાનો હેતુ સિદ્ધ કરે છે.

યોજના અતિ વિસ્તૃત હતી. દેશના કરોડો લોકો સુધી આ નવજાગરણનો સંદેશ પહોંચાડવો હતો. નાનાં આયોજનોથી કામ ચાલે તેમ ન હતું, તેમાં સમય અને શક્તિ ખૂબ જ ખર્ચાતી હતી. પરિણામ ઓછું આવતું હતું. અધિક પ્રભાવશાળી સંમેલનો તે જ બની શકે, જેની વિશાળતા મહાન હોય. આ પ્રક્રિયાને સમજાવવા માટે ‘યુગનિર્માણ યોજના’ના દેશભરમાં પથરાયેલા કાર્યકર્તાઓ અને સહયોગીઓને આમંત્રિત કરવામાં આવ્યા. ડીસેમ્બર ‘૫૮માં આ પ્રથમ સંમેલન મથુરામાં “સહસ્ર કુંડી ગાયત્રી મહાયજ્ઞ” આ નામે થયું હતું. આગંતુકોની સંખ્યા ૪ લાખ હતી. મથુરાથી વૃન્દાવનનો સાત માઈલનો રસ્તો ભરચક થઈ ગયો. આટલી હાજરી મથુરાના ઈતિહાસમાં ક્યારેય થઈ ન હતી. દૂર દૂરના પ્રદેશોમાં આવા અદ્ભુત આયોજનના સમાચાર મળ્યા, તો તેનાં દર્શન કરવા માટે લોકો બસમાં બેસી ગયા. સેંકડો સ્પેશ્યલ બસ આવી પડી. રેલવેએ મથુરાની ટિકિટ આપવાનું બંધ કરી દીધું.

આટલા વિરાટ આયોજનના ખર્ચની વ્યવસ્થા મારા જેવી સાધનહીન વ્યક્તિ માટે મુશ્કેલ હતી, પરંતુ આવવાવાળા સર્વ પરિવારના સભ્યો અને કાર્યકર્તા જ હતા. તેમને વાસ્તવિક સ્થિતિનો ખ્યાલ હતો. તેથી લોટ-દાળ સાથે જ લઈને આવ્યા. બધાએ હળીમળીને અન્ન રાંધ્યું, ખાધું અને સફાઈ વિ. વ્યવસ્થામાં સ્વયંસેવક બનીને કામ કર્યું. લાખો વ્યક્તિઓનું ભોજન અને દસ હજાર સ્વયંસેવકોને જોઈને દર્શનાર્થીઓ આશ્ચર્યચકિત થઈ જતા હતા, પણ જેને ખ્યાલ હતો કે જનતા જનાર્દનના થોડા થોડા સહયોગથી કેટલાં વિશાળ કાર્યો થઈ શકે છે, તેઓએ જનભાવનાને પ્રોત્સાહન આપ્યું અને આ આયોજનને “સંગઠિત શક્તિનો ચમત્કાર” માન્યું. નિઃસંદેહ આ યુગનું આ અનુપમ અને અદ્વિતીય આયોજન હતું. નિવાસ કરનારા, ભોજન કરનારા અને આયોજનમાં ભાગ લેનારા મળીને કુલ ચાર લાખ માણસો હતા, જેમાંના એક લાખને કર્મઠ કાર્યકર્તા

કહી શકાય અને બાકીના ભાવનાશીલ સહયોગી કહેવાય.

આ વિશાળ જનસમૂહે માત્ર પણ-આહુતિઓનું ધર્માનુષ્ઠન જ કર્યું નહીં, ઉત્સવની વ્યવસ્થા માત્ર સંભાળી એવું નહીં, પ્રવચન માત્ર સાંભળ્યાં એવું નહીં; પરંતુ નવનિર્માણને અગ્રગામી બનાવવા માટે ગંભીર વિચારવિનિમય પણ કર્યો અને નિશ્ચય પણ કર્યો કે આ વિચારધારાને જન સાધારણ સુધી પહોંચાડવા માટે પ્રચાર-અભિયાન તેજ કરવામાં આવે. વિવેકશીલતા અને આદર્શવાદિતાના પ્રતીક સમાન ગાયત્રીયજ્ઞો સાથે સંકલિત 'યુગ નિર્માણ સંમેલન' દેશભરમાં કરવામાં આવે ત્યાર પછી આ પ્રક્રિયા અવિરત ચાલી રહી છે અને દરેક વર્ષે લગભગ ૧૦૦ આયોજન ઉપરોક્ત સ્તરનાં થયા કરે છે. ઉત્તરભારતના લગભગ સર્વ ક્ષેત્રે આવાં આયોજન બહુ સફળતાપૂર્વક સંપન્ન થયાં. તેથી કરોડો લોકોએ આ આંદોલનનું સ્વરૂપ જાણ્યું છે. આ પ્રક્રિયા છેલ્લાં વીસ વર્ષથી નિરંતર વધતી જ રહી છે, ક્યારેય ધટી નથી.

સંગઠન, પ્રચાર અને સાહિત્યના કાર્યક્રમો લઈને અમે કોઈ જાહેરાત કર્યા વિના નક્કર રચનાત્મક પદ્ધતિથી એક નિર્ધારિત દિશામાં નિરંતર આગળ વધી રહ્યા છીએ અને આજે એવી સ્થિતિમાં છીએ કે કેટલાંક વધુ પ્રભાવશાળી કદમ આગળ ઉઠાવી શકીએ.

વ્યાપક ક્ષેત્રમાં આંદોલનને વિસ્તારવા માટે "યુગનિર્માણ યોજના"નું સાહિત્ય એટલું સહાયક નીવડ્યું છે કે હવે તેને અન્ય ભાષાઓમાં છપાવવાની માગણીની ઉપેક્ષા કરી શકાય તેમ નથી. સ્વલ્પ સાધનો હોવા છતાં, ગમે તેમ કરીને પ્રેસ વિકસિત કરવામાં આવ્યો છે અને હિન્દી ઉપરાંત હવે ગુજરાતી, મરાઠી, ઊડિયામાં પ્રકાશન શરૂ કર્યું છે. આગળ જતાં બંગાલી, આસામી, પંજાબી, તામિલ, તેલુગુ, મલયાલમ તથા કન્નડ ભાષામાં પ્રકાશિત કરવા માટે ગંભીરતાપૂર્વક વિચારી રહ્યા છીએ; તેને માટે સાધનો એકત્રિત કરીએ છીએ. જો એવું શક્ય બનશે, તો આજ કરતાં આંદોલનની પ્રગતિ એક જ વર્ષમાં દસગણી દૃષ્ટિગોચર થશે.

વ્યક્તિ અને સમાજને નવનિર્માણ માટે જે વિચારણા, ભાવના

અને પ્રવૃત્તિની આવશ્યકતા છે, તેનું ક્રમબદ્ધ શિક્ષણ આપવા માટે હાલ એક વિશેષ શિક્ષણયોજના બનાવી છે અને તેને ઝડપથી દેશવ્યાપી બનાવવામાં આવશે. જર્મની, ઈટાલી, રશિયા, ચીન, જાપાન, ક્યૂબા, યુગોસ્લાવિયા આદિ દેશોએ થોડાં જ વર્ષોમાં પોતાના દેશની જનતાની મનોદશામાં તથા પરિસ્થિતિઓમાં કાયાકલ્પ કર્યો. તેનો આધાર શિક્ષણપદ્ધતિ જ હતો, જેના આધારે ત્યાંના વિદ્યાર્થીઓ અને નાગરિકોને એક વિશેષ પદ્ધતિથી વિચારવાની પ્રેરણા મળી અને તેઓ વ્યક્તિગત સ્વાર્થોને તિલાંજલિ આપી, રાષ્ટ્રરચનામાં અતિ ઉત્સાહપૂર્વક જોડાઈ ગયા. આવું પરિવર્તન શિક્ષણ પ્રણાલીને પ્રખર બનાવ્યા વિના સંભવિત નથી. આપણા દેશને સ્વતંત્ર થયે ૪૧ વર્ષ થયાં, પરંતુ આ સંદર્ભમાં સરકારે કોઈ ઉદ્દેશ્યપૂર્ણ કદમ નથી ઉઠાવ્યાં. આમ તો વાચન, લેખન, શિક્ષણનું ગાડું જેમ તેમ ગબડાયે જાય છે અને તેમાંથી માત્ર નોકરી શોધવામાં વ્યાકુળ ફરતા બેકારોની સંખ્યા વધી રહી છે. જે હોય તે, હવે આપણે આપણી શક્તિ આલોચના કરવા કરતાં, એવા પ્રયત્નોમાં વાપરવી જોઈએ, જેનાથી ઉપરોક્ત પ્રયોજનની થોડીઘણી પૂર્તિ થઈ શકે.

આપણી “અભિનવ શિક્ષણ યોજના” આ જ પ્રયોજન માટે આગળ વધી રહી છે. યુગનિર્માણ શાખાઓમાં પ્રત્યેક સભ્યે એક રાત્રિશાળા ચલાવવી પડે છે. જેમાં સોફ્ટેસ અને એરિસ્ટોટલની પ્રશ્નોત્તર પદ્ધતિથી વ્યક્તિગત જીવનના ઉત્કર્ષ અને સમાજના નવનિર્માણ સંબંધી સમગ્ર વિચારણીય પ્રશ્નોનું સ્વરૂપ અને સમાધાન સમજાવવામાં આવે છે. પૂર્ણ સમયનાં એવાં વિદ્યાલય ખૂલી રહ્યાં છે, જેમાં અર્ધો સમય વ્યક્તિ અને સમાજ નિર્માણ સંબંધી વિભિન્ન પક્ષોને હૃદયંગમ કરવામાં લાગશે, બાકીનો અર્ધો સમય શિલ્પ-ઉદ્યોગ શીખવવામાં આવશે, જેને સુશિક્ષિત લોકો પણ કોઈ પણ જાતના સંકોચ વિના અપનાવી શકે અને સભ્ય પરિવારનો ખર્ચ કાઢવા માટે આજીવિકા કમાઈ શકે. જાપાને દરેક ઘરમાં વિદ્યુત સંચાલિત નાનાં નાનાં મશીનો લગાવીને, તેના ઉપયોગનું શિક્ષણ આપીને પોતાના દેશને સમૃદ્ધ બનાવ્યો. ત્યાં એક પણ યુવાન નરનારી બેકાર નહીં

મળે. વધારાના સમયમાં બધા કંઈને કંઈ કમાણી કરી લે છે અને ઉપાર્જન દ્વારા સુખસુવિધાભર્યું જીવન જીવે છે. આપણા દેશમાં પણ જે શિક્ષિત બેકારો વધી ગયા છે, તેનો ઉપાય પણ આ જ છે. યુગનિર્માણ વિદ્યાલય, મથુરામાં આ જ પ્રયોજનથી ખોલવામાં આવ્યું છે અને આશા રાખવામાં આવે છે કે આ પ્રશિક્ષણ મેળવીને એવા સ્વાવલંબી લોકસેવક તૈયાર થશે, જે માત્ર પોતાની જ સમસ્યાઓ હલ નહીં કરે, પરંતુ પોતાના ક્ષેત્રમાં એવાં જ વિદ્યાલય ચલાવી રાષ્ટ્રની ભૌતિક અને આર્થિક પ્રગતિનો માર્ગ મોકળો કરવામાં મહત્વનો ફાળો આપશે. આ વીસ વર્ષોમાં વિદ્યાલયમાંથી જે વિદ્યાર્થીઓ તાલીમ લઈને નીકળ્યા છે અને જે નિષ્ઠાથી તેમણે નવનિર્માણનું કાર્ય હાથમાં લીધું છે તે જોઈને એમ લાગે છે કે તપોભૂમિમાં ચાલી રહેલું આ પ્રશિક્ષણ રાષ્ટ્રના ભવિષ્ય નિર્માણમાં એક મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા સંપાદિત કરશે. નજીકના ભવિષ્યમાં આ જ વિદ્યાલયમાં એક એવો વિભાગ બનશે, જે ઉપરોક્ત પ્રશિક્ષણના ક્ષેત્રે અધ્યાપનકાર્ય કરવા ટ્રેનિંગ આપશે અને આ ટ્રેઈન્ડ અધ્યાપકો પોતાના ક્ષેત્રમાં જઈને રાત્રિ પાઠશાળા કે પૂર્ણકાલીન વિદ્યાલય ચલાવશે અને અભિનવ શિક્ષણપદ્ધતિ અપનાવીને સમાજને નવી દિશા આપવામાં સમર્થ બનશે.

જ્ઞાનયજ્ઞ અને અભિનવ શિક્ષણપ્રણાલી ઉપરાંત ત્રણ સોપાન આપણી કાર્યપદ્ધતિમાં વિશેષ જોડાયેલાં છે, જેને હવે વધુ વ્યવસ્થિત રૂપે આગળ વધારવામાં આવશે. કલાના માધ્યમથી આપણે સ્વસ્થ મનોરંજનની સાથે જન-જાગરણનું પ્રયોજન કેવી રીતે પૂરું કરીશું ? તેનું એક સોપાન એ છે કે હરતા કરતા પ્રદર્શન અંગે એક વિશાળ યોજના બનાવીને, દરેક જગ્યાએ લોકોને વ્યક્તિ અને સંમાજની ગૂંચવાયેલી સમસ્યાઓને કેવી રીતે ઉકેલવી તેનું સમાધાન-સલાહ આપવામાં આવશે. ચિત્રાવલિઓની સીરીઝ પ્રકાશિત થઈ રહી છે. કેટલાક ખંડો પ્રકાશિત થઈ ગયા છે, જે રૂબરૂમાં દેખાડી, સંભળાવી કે સમજાવી શકાય છે. સંમેલનોની સાથે તથા સ્વતંત્ર રીતે સમજાવવાના કારણે આનો દર્શકોના મન ઉપર આશાજનક પ્રભાવ

પડે છે. પ્રકાશચિત્ર દર્શાવવાની એક અલગ યોજના છે. વીજળી કે બેટરીથી ચાલતાં યંત્રો આ પ્રયોજન માટે ખરીદવામાં આવ્યાં છે. કાગળ ઉપર છાપેલી તસવીરોને સિનેમાની જેમ મોટા પડદા ઉપર પ્રકાશચિત્ર રજૂ કરે તેવાં 'એપિસ્કોપ' આ કાર્ય માટે બહુ જ ઉપયોગી નીવડશે. કાચ કે પારદર્શક ફિલ્મ ઉપર બનેલી સ્લાઈડ પણ આ હેતુ માટે પ્રકાશચિત્ર દેખાડી શકે, તેને માટે અલગ 'પ્રોજેક્ટર' અને 'મેજિક ક્વનસ' બની રહી છે. એક કાર્યકર્તા આ યંત્રોની સહાય વડે ગામેગામ ફરીને વર્ષભરમાં લાખો લોકોને પ્રેરણા આપી શકે. શાખાઓ દ્વારા એક હજાર કાર્યકર્તાઓ જો પૂર્ણકાલીન કે અંશકાલીન સમયદાન કરે તો તેનું એટલું મોટું પરિણામ આવશે, કે તેની કલ્પના કરવી મુશ્કેલ છે. નોકરીમાં નકામો સમય વેડફી દેનારાની વાત અલગ છે. બાકી લાગણીશીલ લોકો જે કાર્ય હાથમાં લે છે, તેમાં એવા તો તન્મય બની જાય છે કે તનમનની સુધબુધ ભૂલીને કમર કસી લે છે. જ્યાં આવો ઉત્સાહ પ્રગટતો હોય ત્યાં વાતચીતથી પણ ભારે હલચલ પેદા કરી શકાય છે. પછી જ્યાં આ પ્રકારનાં સાધનો, ચિત્રો હોય ત્યાં સોનામાં સુગંધ ભળે છે. ફિલ્મ આપણે બનાવી શકતા નથી. સિનેમાને ઉખેડી શકતા નથી, પણ એટલું તો કરી શકીએ કે ચિત્ર આકર્ષણની જનપિપાસાને સ્વસ્થ મનોરંજન સાથે રચનાત્મક દિશામાં વાળી શકીએ.

જન જાગરણ માટે કલાપ્રયોગની શૃંખલામાં ક્રાંતિકારી નાટકોની પણ એક દિશા છે. હવે રામલીલા, રાસલીલા, ધનુષ્યજ્ઞ આદિ આયોજન જૂનાં ખોખાંમાં જીવિત છે. જો તેને આધુનિક જ્ઞાન, કલા અને સુસજ્જાની સાથે જોડવામાં આવે, તો લોકોનું સિનેમાનું આકર્ષણ ઘટી જશે. જ્યાં ઉપયોગિતા ઓછી થશે, ત્યાં ઉપેક્ષા વધશે. મનોરંજન માટે બીજો રસ્તો લોકોને દર્શાવીએ તો લોકો ત્યાં જતા રહેશે. પણ જ્યારે કલા અને આદર્શનું મિશ્રણ કરી, ઉપયોગી દિશા દર્શાવશે, ત્યારે એવું કોઈ કારણ નથી કે તેને લોકો માન્યતા ન આપે. વિચાર એવો છે કે સંગીત, વાદ્ય, અભિનય, નૃત્ય, નાટક વગેરેનો નવસંસ્કારિત કલામંચ ઊભો કરવામાં આવે. તેનાં અનેક

મંડળો અનેક ભાષામાં તૈયાર કરી, અનેક પ્રદેશમાં મોકલવામાં આવે અને વિચારક્રાંતિની ભૂમિકા તૈયાર કરવામાં આવે. આ પ્રયોજન માટે ગાયત્રી તપોભૂમિમાં એક “કલાભારતી કક્ષ” અલગ બનાવવામાં આવશે. જ્યાં ઉપરોક્ત સર્વ પ્રશિક્ષણની સુવિધા હશે. તેમાં પરિજનો આ સેવાસાધના માટે આવીને આવશ્યક શિક્ષણ પ્રાપ્ત કરશે અને પ્રયોજન પૂરું કરશે. કેટલીક મંડળી મથુરામાં જ બનશે અને પોતાના કાર્યક્ષેત્રે કાર્ય કરે એવી સુવિધા ઉત્પન્ન કરવામાં આવશે. આ વિશાળ દેશની ૯૦ કરોડની જનતાને પ્રશિક્ષિત કરવા માટે એવાં હજારો કલામંડલ કામ કરવા લાગે, તો પણ ઓછાં પડે. મથુરાની શરૂઆત આ કલામંચનો અતિવ્યાપક વિસ્તાર કરવાના હેતુથી અને પ્રશિક્ષણની સુવિધા ઊભી કરવા માટે જ થઈ રહી છે.

આ સંદર્ભમાં ગ્રામોફોન રેકર્ડના ઉત્પાદનની યોજના હાથ ઉપર લેવામાં આવી છે. લાઉડ સ્પીકરો દ્વારા, ઉત્સવ આયોજનોના વિશેષ અવસરે, ભીડયુક્ત સાર્વજનિક સ્થાનો ઉપર, યોગ્ય સમયે તેને વગાડી શકાય છે. પ્રાતઃકાળમાં શાંત વાતાવરણમાં કોઈ ઊંચા સ્થાને માઈક ચાલુ કરવામાં આવે, તો પૂરા શહેરને નવયુગનો સંદેશ પ્રાપ્ત થાય. રેડિયો સ્ટેશનો સ્વીકારે તો આ રેકર્ડ વગાડીને મોટી સેવા કરી શકે. રેકર્ડનું ઉત્પાદન શરૂ કરી દેવામાં આવ્યું છે. આગામી દિવસોમાં એક એકથી વધુ પ્રેરણાદાયી ગાયન સુમધુર કંઠે ગવરાવીને હજારો રેકર્ડ દ્વારા જાગૃતિનો સંદેશ સંભળાવવાનો કાર્યક્રમ પૂર્ણ કરવામાં આવશે.

આપણાં સાધનો અત્યંત અલ્પ છે, પરંતુ હિંમત, જન-સહયોગ અને ઈશ્વરનો ભરોસો રાખીને, સારા ઉદ્દેશ્યથી જે કદમ ઉઠાવી રહ્યા છીએ, તે કોઈ ને કોઈ પ્રકારે કાર્યાન્વિત અને સફળ થતાં આવ્યાં છે. અમાસની રાતે સૂર્ય અને ચંદ્રની ગેરહાજરીમાં પણ દીપાવલીના દીવડા સળગાવીને દીપાવલી પર્વને પ્રકાશિત કરવામાં આવે છે, આ ઘટના ઉપરોક્ત કાર્યક્રમને સમર્થન આપે છે. આ જ રીતે અમારું નાનું વ્યક્તિત્વ, મોટા લોકોના ઉપહાસનું કેન્દ્ર બને પણ પરું, છતાં કંઈક કહેવાલાયક કામ કરી શકીશું.

રચનાત્મક કાર્યોમાં દેશના દરેક નાગરિકને જોડવા માટેની

અમારી 'શતસૂત્રી યોજના' ઘણી જ લોકપ્રિય બની રહી છે. રાત્રિ પાઠશાળાઓ, પ્રૌઢ પાઠશાળાઓ, કોચિંગ સ્કૂલ, ઉદ્યોગશાળાઓ, સહકારી સમિતિઓ, સેવા સમિતિઓ, સુરક્ષા દળ, પુસ્તકાલયો, વ્યાયામશાળાઓ, રમતગમત સ્પર્ધાઓ, સત્કર્મોનું અભિવાદન, પર્વ અને તહેવારોની ઉજવણી, ફૂલ અને વૃક્ષોની વૃદ્ધિ, સ્વચ્છતા, ગૌ-સંરક્ષણ, શ્રમદાન, કીર્તન, વિચાર ગોષ્ઠિઓ, કલબ આદિ અનેક રચનાત્મક પ્રવૃત્તિઓ વડે દેશના દરેક નાગરિકને કોઈ પણ પ્રકારે, પોતાની ક્ષમતાને અનુરૂપ, રાષ્ટ્રરચનાનાં કાર્યોમાં લાગી જવાની પ્રેરણા આપવામાં આવે છે. જ્યારે દરેક વ્યક્તિ દરેક પ્રકારનાં લોકમંગલનાં કાર્યોમાં ભાગ લેવાનું જરૂરી માનશે ત્યારે જ નવનિર્માણને યોગ્ય વાતાવરણ ઊભું થશે. આ દૃષ્ટિએ આ રચનાત્મક આંદોલન દૂરગામી પરિણામ જ ઉત્પન્ન કરશે.

પાંચમો કાર્યક્રમ સંઘર્ષાત્મક છે. સમજાવટથી ભલા માણસો માની જાય છે, પરંતુ દુષ્ટતા અને મૂર્ખતાને બદલવા માટે સંઘર્ષની જરૂર પડે છે. અસહયોગ, વિરોધ, પ્રદર્શન, સત્યાગ્રહ, ઘેરાવ, કાનૂની કાર્યવાહી આદિ માધ્યમોથી અનૈતિકતા, અનાચાર, ભ્રષ્ટાચાર, અપરાધ, ધૂર્તતા, દુષ્ટતા, બેઈમાની, શોષણ, અંધવિશ્વાસ આદિ અનેક સ્તરે, અનેક રૂપે જે બૂરાઈઓ વિભિન્ન ક્ષેત્રોમાં વિખરાયેલી પડી છે તેને ચૂપચાપ સહન કરતા રહેવું અને મનમાં ને મનમાં મૂંઝાઈ રહેવાથી કંઈ કામ નહીં બને. વિરોધ માટે સશક્ત સંઘર્ષની જરૂર પડશે. આ માટે જેટલું પોતાનું સામર્થ્ય વધશે, એટલાં ત્વરિત પગલાં ભરાવા લાગશે. સૈનિકો દ્વારા લડવામાં આવનારા દારૂગોળાના યુદ્ધને અમે રોકવા માગીએ છીએ, પણ એક એવા વિશ્વવ્યાપી યુદ્ધના પક્ષમાં છીએ, જે જનજન દ્વારા, પગલે પગલે અજ્ઞાન, અનાચાર, ગંદકી અને અડચણો વિરુદ્ધ અતિ શીર્ષ અને સાહસથી લડવામાં આવે. અમારો વિશ્વાસ છે કે આ જ સંસારનું અંતિમ યુદ્ધ હશે અને ત્યાર બાદ લોકો યુદ્ધની નિરર્થકતા અને શાંતિની સાર્થકતા સમજીને પોતાની ગતિવિધિઓમાં માનવીય સદ્ગુણોનો આવશ્યક સમાવેશ કરશે. ત્યારે 'જીવો અને જીવવા દો' અને 'સાદું જીવન ઉચ્ચ વિચાર' જેવા ઉચ્ચ



આદર્શોને અનુરૂપ નવી દુનિયાનું નવનિર્માણ સંભવ થઈ શકશે અને ચિરસ્થાયી વિશ્વશાંતિ સ્થાપિત થઈ શકશે.

યુગનિર્માણ યોજના આવા પ્રયાસોમાં જ કાર્યશીલ છે. પ્રામાણિક વ્યક્તિઓ દ્વારા, ઉચિત સાધનો દ્વારા, દૂરદર્શી કાર્યપદ્ધતિ સાથે સારા ઉદ્દેશ્યથી જે કાર્યો શરૂ થાય છે, તે સદા એ સફળ થતાં રહે છે. વિશ્વાસ રાખવામાં આવે છે કે ઉપયોગી તથ્યોને ધ્યાનમાં રાખીને ચાલી રહેલી યુગનિર્માણ યોજના 'માનવમાં દેવત્વનો ઉદય' અને 'ધરતી ઉપર સ્વર્ગનું અવતરણ'નું સ્વપ્ન સાકાર કરીને જ રહેશે.

શ્રીરામ શર્મા આચાર્ય

સંચાલક "યુગનિર્માણ યોજના" મથુરા.

## ૧. આસ્તિકતા અને ઉપાસનાનું પ્રયોજન-પ્રતિક્ષણ

આ સૃષ્ટિનો અધિપતિ ભગવાન છે. તેણે દરેક વસ્તુ બનાવીને તેની મર્યાદા બનાવી આપી છે. સૃષ્ટિનો દરેક પદાર્થ અને પ્રાણી પોતાની નિશ્ચિત મર્યાદામાં રહીને ઈશ્વરીય પ્રયોજનને પૂરું કર્યા કરે છે. એક મનુષ્ય જ એવું પ્રાણી છે જે પોતાની બુદ્ધિ અને પ્રકૃતિનો દુરુપયોગ કરે છે. ખોટા માર્ગે ચાલી પોતાના તથા બીજાના માટે સંકટ ઉત્પન્ન કરે છે. આ પથભ્રષ્ટતાથી બચવા માટે ધર્મની રચના આવશ્યક બની. ઋષિઓએ ઘણી દીર્ઘદૃષ્ટિ સાથે ધર્મનું કલેવર ઊભું કર્યું, જેથી આ પુણ્યચેતના દ્વારા મનુષ્યની દુર્બુદ્ધિ અને દુષ્પ્રવૃત્તિઓથી તેને બચાવી શકાય. ધર્મનો સંપૂર્ણ ઢાંચો, સર્વ પ્રથા-પરંપરાઓ, માન્યતાઓ, આસ્થાઓ વગેરે માત્ર એ જ પ્રયોજન માટે છે કે મનુષ્ય પોતાની નિશ્ચિત નિર્ધારિત મર્યાદાઓની અંદર રહીને જીવન વ્યતીત કરી શકે.

ધર્મનો પ્રથમ આધાર છે- આસ્તિકતા, ઈશ્વર વિશ્વાસ. પરમાત્માની સર્વવ્યાપકતા, સમદર્શિતા અને ન્યાયશીલતા ઉપર આસ્થા રાખવી એ આસ્તિકતાની પૃષ્ઠભૂમિ છે. આ માન્યતા મનુષ્યની દુષ્પ્રવૃત્તિઓ ઉપર અંકુશ રાખવા માટે સંપૂર્ણ સમર્થ હોય છે. સર્વવ્યાપી ઈશ્વરની દૈષ્ટિમાં આપણું ગુપ્ત કે પ્રગટ કોઈ આચરણ અથવા ભાવ છૂપો નથી રહેતો. સમાજની કે પોલીસની આંખોમાં ઘૂળ નાંખી શકાય છે, પણ ઘટઘટવાસી પરમેશ્વરથી કંઈ જ છુપાવી શકાતું નથી. પરમદર્શી પરમેશ્વર ન્યાયકારી પણ છે, તેની ન્યાયવ્યવસ્થા દરેક માટે સમાન છે. નિષ્પક્ષ ન્યાયાધીશ, લોક મર્યાદાઓની રક્ષા માટે દરેક અપરાધીને રાગદ્વેષ વિના ઉચિત દંડ આપે છે. ઈશ્વરને આપણાં પાપ, અપરાધ વિદિત હોય છે અને તે આજે કે કાલે આપણાં પાપોનો દંડ પણ આપીને જ રહેશે. અદાલત અને પોલીસથી બચી શકાય છે, પરમેશ્વરથી નહીં. આ માન્યતા આપણને પાપોથી બચાવે છે. આપણી અધિકાંશ દુષ્પ્રવૃત્તિઓ એટલા માટે ચાલુ રહે છે કે, રાજદંડ કે સમાજદંડથી ચાલાકીપૂર્વક બચી

જઈએ છીએ. એવી ચાલાકી સર્વવ્યાપી અને ન્યાયાધીશ એવા ઈશ્વર સામે ચાલતી નથી. આ તથ્ય ઉપર જે પણ વિશ્વાસ કરશે, તે પાપથી ડરશે અને મર્યાદાઓમાં રહેવા માટે, સજ્જનોચિત, સત્ય જીવન જીવવા માટે વિવશ થઈ જશે.

આસ્તિકતાને ધર્મનું પ્રથમ આવશ્યક અંગ, અનિવાર્ય અંગ એટલા માટે માનવામાં આવે છે કે, તેનાથી આપણું સદાયરણ અખંડિત બની રહે છે. સત્કર્મોનું સત્પરિણામ અને દુષ્કર્મોનું દુષ્પરિણામ આજે નહીં, તો કાલે મળીને જ રહેશે, આ માન્યતા વ્યક્તિગત અને સામાજિક જીવનમાં નીતિ અને કર્તવ્યનું પાલન કરતા રહેવાની પ્રેરણા આપે છે. સત્કર્મો કરવાવાળાને કદાચ આજે પ્રશંસા, માન્યતા કે સફળતા ન મળે તો ઈશ્વર ભવિષ્યમાં આપશે જ. આ આસ્થા તેને નિરાશ થવા દેતી નથી અને અસફળતાઓ મળવા છતાં તે સદાયરણના પંથ પર ચાલવાનું બંધ કરતો નથી. તે જ પ્રકારે કુકર્મો મનુષ્ય નિર્ભય રહી શકતો નથી. તેને રાજદંડથી બચી જવા છતાં, એવો ભય રહ્યા કરે છે કે અહીં નહીં, તો ત્યાં નર્કની અસહ્ય તકલીફો સહન કરવા માટે વિવશ થવું જ પડશે. ઈશ્વરના દરબારમાં કોઈની સાથે લાગવગ ચલાવી લેવામાં નથી આવતી. તે સમદર્શી છે. તેને સર્વજન પોતાના અને સર્વજન પરાયા છે. જે આચરણની કસોટી ઉપર ખરા ઊતરે, તે તેને પરમ પ્રિય; જે આ કસોટી ઉપર ખોટા ઠરે, તે ચોર, શત્રુ, સમદર્શી એવા જ હોય છે. તેઓ ખુશામત કે લાંચથી વિચલિત થતા નથી. તેને કોઈ પ્રિય કે અપ્રિય, નીતિ અને અનીતિના કારણે જ હોય છે. આ માન્યતાઓ જો જનમાનસમાં બરાબર રીતે પ્રવેશ કરી લે, તો નિશ્ચયપૂર્વક વ્યક્તિ દુરાચરણથી મુક્ત રહેશે અને નીતિ-સદાચારનું જ અવલંબન લેશે. આસ્તિકતાની સીધી મોટી દેણગી આ જ છે. આ માટે તેને ધર્મનું પ્રધાન અંગ માનવામાં આવે છે. વ્યક્તિની ઉન્નતિ અને સમાજની શાંતિ, સૌજન્ય અને મર્યાદાપાલન ઉપર નિર્ભર છે, આ બન્ને પ્રેરણાઓ આસ્તિકતામાં સમાવિષ્ટ છે.

આજે દરેક દિશામાં વિકૃતિઓનું તોફાન ચાલે છે. આસ્તિકતા

પણ વિકૃત થઈ ગઈ છે. લોકો એમ માને છે કે થોડી ખુશામત કરવાથી કે ભેટ-પૂજાની થોડી એવી લાંચ આપીને ઈશ્વરને આપણો પક્ષપાતી બનાવી શકીશું અને પછી તેને માટે અયોગ્ય હોવા છતાં, મોટી મોટી ઉપલબ્ધિઓ પ્રાપ્ત કરી શકાશે તથા પાપોના દંડમાંથી બચી શકવાની છૂટ મળી જશે. અનેક જાતનાં કર્મકાંડોનો પ્રચાર ઉપરોક્ત કલ્પનાઓના આધારે ચાલી રહ્યો છે. જો આ કલ્પના સાચી હોય, તો પછી ઈશ્વરનું મૂળ સ્વરૂપ પણ વિકૃત થઈ જશે. પછી તેને પક્ષપાતી, લાંચિયો, ખુશામતિયો, અવ્યવસ્થા અને અંધેર ફેલાવનાર કહેવાશે. આવી આસ્તિકતા વિધાતક સાબિત થશે, થઈ પણ રહી છે. લોકો પ્રસાદ કે બકરી, મરઘી ભગવાન ઉપર ચડાવે છે. સ્તુતિગાન એટલા માટે કરવામાં આવે છે કે તેનાથી પ્રસન્ન થઈને આપણને અનેક જાતનાં વરદાન મળી જાય ભલે પછી તે પ્રાપ્ત કરવા માટે અયોગ્ય હોઈએ અથવા કર્મફળને કારણે આ સફળતાઓથી વંચિત રહેવાની સ્થિતિમાં હોઈએ, છતાં પણ આપણાં પૂજાપાઠ આ અવરોધોને હટાવીને દરેક પ્રકારની મનોવાંછનાઓ તરત પૂરી કરવાની વ્યવસ્થા કરે. આજની વિકૃત આસ્તિકતા આ સ્વરૂપે ફેલાયેલી છે. લોકો આ જ આધારે પૂજાપાઠનો આડંબર ચલાવે છે. જો ધારેલો મનોરથ સફળ ન થાય, કે વાર લાગે તો ખિન્ન થઈને પૂજાનાં સાધનો જ ફેંકી દે છે અને ઈશ્વરને પણ હજારો ગાળો આપે છે. બાળકબુદ્ધિથી પ્રેરિત આવી આસ્તિકતાનો કોઈ આધાર નથી કે કોઈ આદર્શ નથી.

આસ્તિકતાની આસ્થાને પરિપક્વ કરવા માટે ઉપાસનાનો આશ્રય લેવામાં આવે છે. પૂજા, ધ્યાન, જપ, દેવદર્શન, ભગવત્ ગુણગાન, તત્ત્વચર્યા, આત્મચિંતન, કીર્તન અને કર્મકાંડો દ્વારા એવો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે કે ઈશ્વરને ભૂલી જવાની ચૂકથી બચી શકે. ભગવાનની સ્મૃતિ મગજમાં જળવાઈ રહે, તો એ વાત ઉપર વિચાર થવો જોઈએ કે આત્માનો સંબંધ પરમાત્મા સાથે કેવો છે ? તેણે કયા કામ માટે સંસારમાં મોકલ્યા છે ? જીવનનો ઉદ્દેશ શું છે ? શાંતિ અને પ્રગતિ માટે ઈશ્વરીય આજ્ઞાઓનું પાલન અને

મર્યાદાયુક્ત અનુશાસન આપણા માટે કેમ અનિવાર્ય છે ? ઈશ્વરને ભૂલી જવાથી આમાંથી એક પણ પ્રશ્ન મનમાં નથી ઊઠતો અને મનુષ્ય વાસના, તૃષ્ણાની જંજાળમાં ફસાયેલો, વ્યર્થ અથવા અનર્થથી ભરેલાં કર્મોમાં વ્યસ્ત રહીને બહુમૂલ્ય મનુષ્યજીવન બરબાદ કરી દે છે. આ એક બહુ જ મોટી ક્ષતિ છે. તેથી નાસ્તિકતાને, ઈશ્વરીય સત્તા અમાન્ય કરવી એને પાપ માનવામાં આવ્યું છે.

ઉપાસનાનો અર્થ છે નજીક બેસવું, દરેક આસ્તિકે થોડો સમય ઉપાસના માટે ફાળવવો જોઈએ. આ ક્ષણે અનુભવ કરવો જોઈએ કે જે કાંઈ-શરીર, મન, ધન, વર્ચસ્વ, વૈભવ-આપણી પાસે છે, તે સર્વ ઈશ્વરનું છે. તેનો ઓછામાં ઓછો અંશ નિર્વાહ માટે લઈને બાકીનો ભાગ ભગવાન માટે સમર્પિત કરવો જોઈએ. ભકિતનો અર્થ છે પ્રેમ. પ્રેમનો અર્થ છે સેવા યા અનુદાન. સાચો ભકત ઈશ્વરપ્રદત્ત ઉપહારોમાંથી અલ્પતમ ભાગ જ પોતાને માટે લે છે અને શેષ ભાગ તેનાં જ ચરણોમાં સમર્પિત કરી દે છે. આત્મા અર્થાત્ એક પરમ આત્મા, અર્થાત્ શાશ્વત આત્માની સમગ્ર સત્તા. તેને જ વિશ્વાત્મા પણ કહે છે. વિશ્વાત્મા પ્રત્યે આત્મસમર્પણનું નામ જ ઉપાસના છે. તેની પ્રતિક્રિયા એવી થવી જોઈએ કે અમે ફક્ત પોતાના માટે જ નહીં, સમસ્ત વિશ્વ માટે, પ્રાણીમાત્રના હિતાર્થે, સમાજનાં સુખસુવિધા વધારવા માટે જીવીએ અને વિચારણા તથા કાર્યપદ્ધતિ એવી રાખીએ જેનાથી પરમાત્માને, વિશ્વના સમસ્ત આત્માઓને પ્રસન્નતા અને સંતોષ પ્રાપ્ત થાય.

ઉપાસના કરતી વખતે આપણે ભગવાન પાસે પ્રકાશ, અમૃત અને સત્ત્વની પાચના કરીએ છીએ. આ ત્રણેય શબ્દો જ 'સદ્જ્ઞાન' ના અર્થમાં પ્રયોજાય છે. ઈશ્વર આપણને એવી પ્રેરણા, શક્તિ અને ઉમંગ પ્રદાન કરે, જેનાથી પ્રેરિત થઈને આપણે મહામાનવો જેવા વિચાર અને કર્મ અપનાવીને મનુષ્ય જીવનની સાર્થકતા સિદ્ધ કરી શકીએ. ભગવાનની નિકટતા અનુભવવા માટે કરવામાં આવતી ઉપાસના આપણને દૈવી ગુણોથી વિભૂષિત થવાની પ્રેરણા આપે છે. ઈશ્વર ઉદારતા, કરુણા, સદાશયતા, પવિત્રતા, ન્યાયનિષ્ઠા વગેરે

વિશેષતાઓનો સાગર છે. તેનું સામીપ્ય આપણને એવી જ વિભૂતિઓ આપે, એવી જ કામના અને માન્યતા ઉપાસના સમયે રાખવી જોઈએ. 'મારી સાથે ઈશ્વર છે' એમ માનીએ કોઈ પણ વ્યક્તિ હરધડી નિર્ભય રહી શકે છે.

આપણે આસ્તિક બનવું જોઈએ અને દરરોજ થોડો સમય કાઢીને નિયમિત રૂપે ઉપાસના કરવી જોઈએ, જેથી ઈશ્વર અને તેના નિર્દેશોને સારી રીતે હૃદયંગમ કરી શકીએ. કળસ્વરૂપે વ્યક્તિગત સદાચરણ અને સામાજિક કર્તવ્યપાલનની પ્રવૃત્તિ નિરંતર વધતી રહે અને સર્વત્ર શ્રી, સમૃદ્ધિ, પ્રગતિ અને શાંતિની પરિસ્થિતિઓ ઉત્પન્ન થતી રહે.

## ૨. દેવવાદ અને પૂજા-અર્ચનાનું રહસ્ય

ભારતીય સંસ્કૃતિ એક જ બ્રહ્મમાં માને છે. વસ્તુતઃ ભગવાન એક જ છે. નામ તેનાં અનેક છે. રૂપોની કલ્પના અલગ અલગ મતાનુસાર અલગ અલગ પ્રકારે કરવામાં આવી છે, પણ તેનાથી બ્રહ્મની એકતામાં કોઈ અંતર પડતું નથી. અનેક દેવો અનેક સત્તાઓ નથી, પરંતુ એક જ પરમાત્માની શક્તિઓ માત્ર છે. જો અનેક દેવોનું સ્વતંત્ર અસ્તિત્વ હોત, તો તેઓ અંદરોઅંદર લડી મરત અને તેમના અનુયાયીઓ કદાપિ એક ન થઈ શકત. જે લોકો ભ્રમવશ એક બ્રહ્મને અનેક બ્રહ્મ સ્વરૂપે સમજ્યા, તેઓએ જ દેવોનું સ્વતંત્ર અસ્તિત્વ માન્યું છે અને અનેક સંપ્રદાય તથા પંથોને જન્મ આપ્યો છે. તેનાથી સંસ્કૃતિને ભારે ક્ષતિ પહોંચી છે. આથી આપણો સમાજ અનેક સંપ્રદાયો તથા મતમતાંતરોના રૂપે વિખેરાઈને દુર્બળ થઈ ગયો. આપણે વસ્તુસ્થિતિ સમજવી જોઈએ અને "એકમ્ સદ્વિપ્રાઃ બહુધા વદન્તિ" એ શ્રુતિ વચનને ધ્યાનમાં રાખીને બહુદેવવાદની ભ્રમજંજાળથી બહાર નીકળીને સર્વશક્તિમાન, સર્વવ્યાપી, ન્યાયકારી પરબ્રહ્મ પરમેશ્વરને એક સત્તાના રૂપમાં જાણવા, માનવા જોઈએ.

અનેક દેવોની આલંકારિક કલ્પના પરોક્ષ રૂપે સદ્ગુણો અને સત્પ્રવૃત્તિઓની પ્રતિષ્ઠા વધારવા માટે છે. તેઓનાં સ્વરૂપ, વાહન,

આયુધ આદિની પાછળ પહેલાંની જેમ અનેક રહસ્યો અને અર્થ છુપાયેલા પડ્યા છે, જેને ચર્ચાનો વિષય બનાવી આપણે તે દેવના ભક્ત, અનુયાયી બનીને તેવું જ આચરણ કરવાની પ્રેરણા ગ્રહણ કરી શકીએ છીએ. દરેક દેવ આ જ પ્રકારની પ્રેરણા, શિક્ષણ અને વ્યાખ્યાનો રહસ્યવાદ પોતાની અંદર છુપાવી રાખે છે.

શંકરજીની વાત કરીએ. તેમના મસ્તકમાંથી નીકળતી ગંગા, પવિત્રતાથી પરિપૂર્ણ ગંગાનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે. મસ્તક ઉપર ચન્દ્રમા શાંતિ, શીતળતા અને પ્રકાશનું પ્રતીક છે. આપણું મસ્તક જ્ઞાનગંગાના તરંગો પ્રવાહિત કરે. સંતુલિત, શાંત, શીતળ અને પ્રકાશપૂર્ણ રહે તો સમજવું કે શંકરજીની ભક્તિ એક દિવ્ય અનુકરણના રૂપમાં આપણામાં ઉત્પન્ન થવા લાગી. વિષ સંસારમાં વિખરાયેલું પડ્યું છે. આપણો પણ સંપર્ક આ વિષ સાથે રહેશે જ. તેને બહાર કાઢીએ તો કટુતા અને વિદ્વેષ વધશે. પેટમાં જવા દઈએ તો આત્મઘાત થઈ જાય. તેથી ઊચિત એ છે કે તેને ગળામાં અધવચ્ચે જ રોકી દેવામાં આવે. ક્રોધથી પોતે ધૂણાની આગમાં ન બળવા દેવો અને બીજાને પણ હેરાન કરવા નહીં. શંકરજી આ જ તત્ત્વજ્ઞાનના પ્રતીક છે. વિષ તેમના કંઠમાં સ્થાપિત છે. સમુદ્રમંથનમાંથી નીકળેલા વિષથી સંસારને બચાવવા માટે, તેમણે વિષને પોતાના કંઠમાં જ ધારણ કરી રાખ્યું અને 'નીલકંઠ' કહેવાયા. વિશ્વશાંતિ માટે આપણને પણ એવું દુસ્સાહસ કરવાની હિંમત આપે, તો સમજવું જોઈએ કે શંકરજીની ભક્તિનો ઉદય પ્રોક્તના અંતઃકરણમાં થઈ રહ્યો છે.

સર્પ શંકરજીના સહચર છે, તેમના ગળામાં લપેટાયેલા જ રહે છે. દુષ્ટ અને દુર્ગુણી વ્યક્તિઓને પ્રેમ, સહાનુભૂતિ, કરુણા અને સામીપ્યથી જ સુધારી શકાય છે. આ નિષ્કર્ષ શિવજીના સર્પ સામીપ્યથી કાઢી શકાય છે. તેમના સાથી સહચર ભૂતપ્રેત "તનુ છીન, કોઉ અતિપીન, પાવન કોઉ અપાવન તનુધરે" જેવા હતા. પછાત વર્ગના, ઊલટા-સુલટા, ટૂટેલા, નિરાશ, પતિત લોકોને ઉપેક્ષાની ગર્તામાં નહીં ફેંકવા જોઈએ. શિવજી પોતાની જાનમાં આવા જ ચિત્રવિચિત્ર નંદીગણોને લઈને ગયા હતા. પછાતપણું દૂર કરવા માટે આપણી

ગતિવિધિ પણ એવી જ હોવી જોઈએ. સ્મશાનમાં નિવાસ, શરીર ઉપર ભસ્મલેપન, ગળામાં ખોપરીની માળા એમ સૂચવે છે કે, મૃત્યુને ભૂલવું નહીં જોઈએ. જીવનની નશ્વરતાને ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ અને મરણોત્તર જીવનમાં પોતાની ક્ષુદ્રતાઓ કેટલું સંકટ ઊભું કરી શકે, તે માટે વારંવાર વિચાર કરવો જોઈએ. મૃત્યુની તૈયારીમાં જ જીવનનો સદુપયોગ છે. આ જ તત્ત્વજ્ઞાન છે, જેના આધારે વ્યક્તિ ધાર્મિકતા અને આધ્યાત્મિકતાને સાચા મનથી અપનાવી શકે છે. શંકરજીના અનુગામી, ભક્ત સ્મશાનમાં નિવાસ ભલે ન કરે, ભસ્મલેપન ભલે ન કરે, પણ જીવનની જેમ મૃત્યુને પણ સ્વાગત યોગ્ય બનાવવાની તૈયારી જરૂર કરતા હશે.

શંકરજી વ્યાઘ્રયર્મ પહેરે છે અને તેમનું વાહન વૃષભ છે. સિંહની જેમ નિર્ભય, સાહસિક અને શૂરવીર જ પોતાના કલેવરને ભગવાનના પરમપ્રિય બનાવી શકવામાં સક્ષમ થાય છે. વૃષભ સમાન પરિશ્રમી, સંતુલિત અને ફરજોનો ભાર ખભા ઉપર પ્રસન્નતાપૂર્વક વહન કરવાવાળા લોકો જ ભગવાનના વાહન, પાર્ષદ અને નિકટવર્તી થઈ શકે છે. સદ્ગુણોની સાથે ઈશ્વરનો અનુગ્રહ, પ્રેમ, પ્રકાશ અને સાંનિધ્ય જોડાયેલું છે, આ તથ્ય તેમના શરીર ઉપર ધારણ કરેલું વ્યાઘ્રયર્મ અને વાહન વૃષભના અલંકારોથી ફલિત થાય છે. રામાયણના મંગલાચરણમાં તુલસીદાસજીએ “ભવાની શંકરૌ વંદે, શ્રદ્ધા વિશ્વાસ રૂપિણૌ” ની અભિવ્યક્તિ આપીને, ભવાનીને શ્રદ્ધા અને શંકરને વિશ્વાસના રૂપમાં પ્રતિપાદિત કર્યા છે.

એ જ રીતે અન્ય દેવી-દેવતાઓની પાછળ આલંકારિક રહસ્યવાદ છુપાયેલો છે. બ્રહ્માજીએ હારેલા દેવતાઓને ભેગા કરી, તેમની થોડી થોડી શક્તિ એકત્ર કરીને તેમાંથી દુર્ગાનું સર્જન કર્યું અને તેમના દ્વારા અસુરોની હાર અને દેવતાઓનો ઉત્કર્ષ સંભવ બન્યો. આ પૌરાણિક ઉપાખ્યાનમાં સજ્જનોને પોતાની સંધશક્તિ વિકસિત કરવા અને તેના દ્વારા અગણિત આપત્તિઓમાંથી છુટકારો મેળવવાનો નિર્દેશ છે. રામભક્તિને માટે, ઈશ્વરીય આદર્શો અને કર્તવ્યોને ખાતર સર્વાત્મભાવે સમર્પણ કરનાર હનુમાન, વાનર જેવી



શુદ્ધ જાતિના હોવા છતાં ભગવાનના પરમપ્રિય ભક્ત બન્યા આ રહસ્ય તેઓએ જાન ખોલીને સાંભળવું અને આંખ ખોલીને જોવું જોઈએ કે જેઓ ઈશ્વરના થોડા એવા નામ-જપ, પૂજા, પ્રસાદ કે સ્તુતિ-પ્રશંસાની જૂની ઘરેડ અપનાવ્યા કરે છે અને ઈશ્વરીય અનુગ્રહ જેવા મહાન અનુદાનની કલ્પના માત્ર કર્યા કરે છે !

દેવપૂજામાં વપરાતા પદાર્થો અને કર્મકાંડોની પાછળ પણ ધર્મ અને અધ્યાત્મના પંથે ચાલનારા સાધકોને ઘણું મહત્ત્વપૂર્ણ શિક્ષણ મળી શકે. ભગવાનનાં ચરણોમાં પુષ્પ જ ચડે છે અને તેમના ગળામાં પુષ્પમાળા જ પહેરાવવામાં આવે છે. પુષ્પ અર્થાત્ સુગંધિત, હસતી, ખેલતી, સત્યં, શિવં, સુંદરમ્ પર આધારિત આત્મિક સૌંદર્યસંપન્ન વ્યક્તિ તે સ્તરની વ્યક્તિ, જે પોતાના પેટનો મોહ છોડીને, પોતાની ડોક નચાવતી, સોયદોરાથી પેટ વીંધાવતી, ત્યાગ અને બલિદાનના માર્ગ ઉપર અગ્રેસર થાય તો તે ઈશ્વરનાં ચરણોમાં સ્થાન પ્રાપ્ત કરવા માટે તથા છતીએ લગાવવા માટે સમર્થ બની જાય છે. પૂજામાં વપરાતાં પુષ્પો પણ આ જ સંદેશ ઉપાસકને આપી જાય છે.

ચંદન અર્થાત્ નજીકની વનસ્પતિને પોતાના સમાન સુગંધિત બનાવનાર ક્ષમતાથી સંપન્ન, જે ઘસવાથી કે સળગાવવાથી પણ રોષ-દ્વેષ પાસે ન ફરકવા દે, પરંતુ સુગંધ જ ફેલાવતું રહે. તેવી વ્યક્તિ પૂજાનો અધિકારી બની જાય છે અને અર્ચનાને સાર્થક બનાવી શકે છે. ભગવાનને માત્ર મધુર વસ્તુનો જ ભોગ ધરાવવામાં આવે છે. મીઠી વાણી, મધુર વ્યવહાર, મધુર આચરણ, શિષ્ટ, વિનમ્ર અને મધુર વ્યક્તિત્વ-એ એવી સર્વતોમુખી મીઠાશ છે, જેને દેવતા પસંદ કરે છે અને પ્રભાવિત થાય છે. દીપક અર્થાત્ સ્નેહ (ધી) થી ભરેલો, સ્વયમ્ ક્ષણકણ બળીને બીજાને પ્રકાશ આપનાર. દેવમંદિરની શોભા દીપક વડે છે. પૂજાનું તે એક મહત્ત્વપૂર્ણ અંગ છે. દીપકની પ્રવૃત્તિ જેના પણ જીવનક્રમમાં સમાવિષ્ટ થઈ ગઈ, તેમણે સમજવું જોઈએ કે તે પૂજાનો સાક્ષાત્ પ્રતિનિધિ બની ગયો.

ઉપરોક્ત પંક્તિઓમાં સંક્ષિપ્ત રૂપે એક બ્રહ્મના અનેક અલંકારોને રૂપકોની જેમ દેવીદેવતા સ્વરૂપે રજૂ કરવાનું શું પ્રયોજન

હતું તેની એક સૂક્ષ્મ ઝાંખી કરાવી છે. અસંખ્ય દેવી દેવતાઓની એવી જ વ્યાખ્યા કરી શકાય. આપણે તેવી ઊંડાઈ સુધી પ્રવેશ કરવો જોઈએ અને તે તથ્ય, સંકેત અને નિર્દેશને સમજવાં જોઈએ, જેના આધાર પર દેવીદેવતાઓની કલ્પના કરવામાં આવી હતી. સરસ્વતી અર્થાત્ જ્ઞાન. લક્ષ્મી અર્થાત્ ધન. કાલી અર્થાત્ બળ, જીવનની પ્રગતિમાં જ્ઞાન, ધન અને બળનું સંપાદન અને સદુપયોગ કરવાનું પ્રશિક્ષણ આલંકારિક રૂપે ઉપરોક્ત ત્રણે દેવીઓના રૂપે પ્રસ્તુત કરવામાં આવ્યું છે. એ જ રીતે અન્ય દેવતાઓની પાછળ પણ સમુન્નત જીવનના શિક્ષણનું તત્ત્વજ્ઞાન રહસ્યવાદી રીતે અને આલંકારિક રૂપે સમજાવ્યું છે. પૂજાનાં સાધનો-ચંદન, કંકુ, અક્ષત, ધૂપ, દીપ, નૈવેદ્ય આદિના માધ્યમથી પણ ઈશ્વરભક્તિ માટે આપણું ભાવનાત્મક શુદ્ધિકરણ કેવી રીતે કરવું જોઈએ, આ જ સર્વ શિખવાડયું છે.

દેવતાઓ પાસે જાતજાતની માનતાઓ માનવી અને તેની ખુશામત, લાંચના બાળ પ્રલોભનો વડે પ્રસન્ન કરવાની છીછરીવૃત્તિ આપણે જેમ જલદી છોડીએ એટલું જ ઉત્તમ છે. દેવતા એવા મૂર્ખ કે છીછરા હોઈ શકે નહીં, કે તેમને સસ્તાં પ્રલોભનોથી બહેકાવી, ફોસલાવી શકાય. ભાવનાત્મક પ્રગતિના આધાર પર જ ઈશ્વરની દૈવી શક્તિઓ આપણને અનુકૂળ બને છે અને અનુગ્રહ કરે છે. આ તથ્યને જેટલું જલદી સમજીએ તેટલું અધિક ઉત્તમ છે.

### ૩. જીવનલક્ષ્ય સમજીએ અને તેને પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયત્ન કરીએ

મનુષ્ય જીવન ઈશ્વરનો એક અનુપમ ઉપહાર છે. જે સુવિધાઓ અન્ય કોઈ જીવજંતુને નથી મળી, તે માત્ર મનુષ્યને જ મળી છે. હસવું, બોલવું, લખવું, વાંચવું, વિચારવું, પરિવાર, ચિકિત્સા, ઉદ્યોગ, નિવાસ, વાહન, મનોરંજન આદિ સુખસુવિધાઓ જેટલી મનુષ્યને મળી છે તેટલી શું બીજા કોઈ પ્રાણીને પ્રાપ્ત થઈ છે ?

આમ તો ઈશ્વરને સર્વ જીવ સમાન રૂપે પ્રિય છે. તે સર્વનો પિતા છે, તેથી સર્વ તરફ તેણે કરુણામય અને પક્ષપાતરહિત રહેવું જોઈએ. જે સુવિધા અન્ય કોઈ પ્રાણીને નથી મળી, તે સુવિધા માત્ર મનુષ્યને જ મળી છે, તો તેમાં પક્ષપાતની ગંધ આવે છે અને એમ લાગે છે કે બીજાની તુલનામાં મનુષ્યને કંઈક વધુ સુવિધા આપવામાં આવી છે. એવું કેમ બન્યું ? આ પ્રશ્ન ઉપર વિચાર કરવાથી એ સત્ય સામે આવે છે કે ઈશ્વરે સૃષ્ટિની શાંતિ, સુવ્યવસ્થા, પ્રગતિ, સમૃદ્ધિ અને સુંદરતાની અભિવૃદ્ધિ કરવા માટે પોતાના સહાયક, સહચર થવા માટે રચના કરી છે અને પોતાની સર્વ વિશેષતાઓ, વિભૂતિઓ અને સત્તાઓ માણસને પણ આપી છે, જેથી તે આ પુણ્ય-પ્રયોજનોનો સારી રીતે નિર્વાહ કરી શકે, તે માટે સમર્થ બને. વધારાની સુવિધાઓ અમાનતના રૂપમાં મનુષ્યને આપવામાં આવી છે. તે તેના લાભ, વિલાસ અને અહંકારની પૂર્તિ માટે નહીં, પરંતુ એટલા માટે છે કે લોકમંગલ માટે અધિક યોગદાન તે આપી શકે.

જે રીતે સૃષ્ટિનાં અન્ય પ્રાણી શરીરયાત્રાની સામાન્ય સુવિધા સામગ્રી મેળવીને સંતુષ્ટ થઈ જાય છે, તે જ રીતે મનુષ્યે પણ તેમ કરવું જોઈએ. વિલાસિતા, ઉપભોગ, સંચય કે અહંકારની પૂર્તિ માટે આ ઉપલબ્ધ ક્ષમતાઓ સમાપ્ત કરી દેવામાં આવે અને જીવનના ઉદ્દેશ્યની પૂર્તિ માટે આંખો મીંચી દેવામાં આવે, તો એમ જ કહેવું જોઈએ કે આપણે ઈશ્વરના મહાન પ્રયોજનને ભૂલી ગયા અને લાખો યોનિઓમાં ભ્રમણ કર્યા પછી, લાંબા સમય પછી જે એક અલભ્ય અવસર મળ્યો છે તેને એમ જ ગુમાવી દીધો, તો તે બુદ્ધિમાન ગણાતો હોવા છતાં આપણી અબુદ્ધિમત્તા અને અદૂરદર્શિતા જ સિદ્ધ થશે.

લાભ અને નુકસાન વચ્ચેનો તફાવત આપણે જાણીએ છીએ. આપણા સમસ્ત ક્રિયાકલાપોનું નિર્ધારણ તેના આધારે જ કરીએ છીએ એમ છતાં આશ્ચર્યની વાત એ છે કે આપણને મનુષ્ય જીવન જેવા અમૂલ્ય અવસરનો લાભ ઉઠાવવાની વાત કેમ સૂઝતી નથી અને તેને એમ જ વ્યર્થ બાળકીડાઓમાં ગુમાવી દઈએ છીએ. ગુમાવીએ છીએ એટલું જ નહીં, પરંતુ દુરુપયોગ કરીને વિવિધ પ્રકારે

પાપ કમાઈએ છીએ, જેનાથી ભવિષ્યમાં તેનો દંડ અનેક જન્મો સુધી ભોગવવા માટે વિવશ થવું પડે છે. તેના કરતાં તો તે જીવજંતુ સારાં, જે કોઈ પણ પ્રકારે નિર્વાહ કરી, જેવાં આવ્યાં હતાં, તેવાં જ પોતાની નિષ્કલંક ચાદર લઈને ચાલ્યાં જાય છે. આગલા જન્મોને માટે પાપની ગાંસડી અને નર્કની તકલીફોનો ભારે બોજ લઈને તો જતાં નથી ! મનુષ્ય પાછલા જન્મોના કષ્ટને યાદ કરતો, રોતો રોતો જ આવે છે અને ભવિષ્યને અંધકારમય, યાતનાપૂર્ણ જોઈને રોતો રોતો જ ચાલ્યો જાય છે. શું આને બુદ્ધિમાની કહેવાય કે જેની ઉપર મનુષ્ય ઘમંડ કરતો હુંપદ લઈને ફરે છે ?

બહારની ઘણી વાતો જાણીએ અને આપણે જ્ઞાનવાન કહેવાઈએ તે તો ઠીક છે, પણ આ એક ઓછી જરૂરી વાત નથી કે જીવન-ઉદ્દેશ્ય જેવા મહત્વપૂર્ણ તથ્યનો ઉપયોગ કરતાં શીખીએ અને પોતાના સ્વરૂપ તથા કર્તવ્યની બાબતમાં પણ જાણીએ-સમજીએ, તેના ઉપર ગંભીરતાથી વિચાર કરીએ. આપણે એ વિચારવું જોઈએ કે આપણે કોણ છીએ ? શું છીએ ? શા માટે છીએ ? અને આપણા અસ્તિત્વની સાર્થકતા કઈ રીતે સિદ્ધ કરી શકીએ છીએ ? આ આત્મબોધ જો ન થઈ શકે, તો મનુષ્ય-શરીર હોવા છતાં પણ, નરપશુ અને નરપિશાય જેવું તિરસ્કૃત જીવન જીવવું પડશે. લક્ષ્ય ભૂલવાવાળો, ગમે ત્યાં ભટકે છે. સામાન્ય રીતે આપણે બધા રસ્તો ભૂલી જઈએ છીએ. પોતાને શરીર માની બેસીએ છીએ અને શરીરની સુવિધા, પ્રસન્નતા, તૃષ્ણા, વાસના અને અહંકારની પૂર્તિ માટે ક્ષુદ્ર પ્રયોજનોમાં સર્વ વિચારણા અને ગતિવિધિઓ કેન્દ્રિત કરીએ છીએ. કામના આકાશપાતાળની કરીએ છીએ. તૃષ્ણાઓ પહાડ જેટલી એકત્ર કરીએ છીએ.

લાલસાઓ અને આકાંક્ષાઓની લિપ્ત્સામાં અટવાઈ જઈએ છીએ. મગજની બધી ચિંતનક્ષમતા એ જ જંજાળમાં સમાપ્ત થઈ જાય છે. આત્મકલ્યાણ અથવા જીવનલક્ષ્ય વિષે વિચાર કરવાની ફરસદ જ મળતી નથી. આવી જ જંજાળમાં બધો સમય નીકળી જાય છે. સમગ્ર કાર્યક્ષમતા તેમાં જ ખર્ચાઈ જાય છે. કંઈ વિચારવાની કે કંઈ કરવાની ફરસદ જ મળતી નથી. કામમાં વ્યસ્તતા એટલી બધી રહે

છે કે આત્મકલ્યાણની દિશામાં કંઈ વિચારી કે કરી શકતા નથી. આ કેવી દુર્ભાગ્યપૂર્ણ સ્થિતિ છે કે જે આત્માને પરમાત્માએ પોતાના પ્રાણપ્રિય પુત્રની જેમ અસીમ અરમાનો સાથે પોતાના ઉદ્ધાનને સુરભિત બનાવવા માટે મોકલ્યો હતો તે સૃષ્ટિના નિર્દેશ અને ઉદ્દેશની સર્વથા ઉપેક્ષા કરીને અબુધ પ્રાણીઓની જેમ પેટ-પ્રજનને ખાતર પોતાના મહાન અસ્તિત્વને સમાપ્ત કરી દે છે.

શક્ય હોય તો આપણામાંથી પ્રત્યેક વિવેકવાને આપણી આ સ્થિતિ ઉપર વિચાર કરવો જોઈએ અને સંભવ હોય તો આ માટે સાહસ કરવું જોઈએ, જેથી જીવનને નિરંતર પશ્ચાત્તાપનું કેન્દ્રબિંદુ બનવાથી બચાવીને, સૃષ્ટાની આકાંક્ષા પૂર્ણ કરવા માટે નિયોજિત કરી શકાય. જો એવી સ્ફૂરણા અંતઃકરણમાં જાગી ઊઠે, પ્રબળ થઈ જાય, તો સમજવું જોઈએ કે અંતરાત્મામાં ઈશ્વરનો પ્રકાશ ચમકવા લાગ્યો અને ભગવાનનો અનુગ્રહ દેખાવા લાગ્યો. જ્યારે કોઈ વ્યક્તિમાં કામનાઓની મૂર્છામાંથી જાગૃતિ આવે છે તો અંદરથી એવી એક તીવ્ર લગન, અંતર્નાદ, વ્યાકુળતા અને તડપન ઊઠે છે કે એક ક્ષણ પણ બરબાદ કર્યા વિના આપણે ઈશ્વરીય પ્રયોજન માટે સમર્પિત જીવન જીવવું જોઈએ. અલ્પ સાધનો વડે નિર્વાહનું કામ ચલાવી લેવું જોઈએ અને આપણી સમગ્ર ક્ષમતાઓ અને વિભૂતિઓ જીવનલક્ષ્યની પૂર્તિમાં નિયોજિત કરી દેવી જોઈએ. આ પ્રકારના જ્ઞાનને જ આત્મબોધ, આત્મસાક્ષાત્કાર અથવા ઈશ્વરદર્શન કહેવાય છે.

આપણામાંથી મોટા ભાગના લોકો અતિ ભ્રમપૂર્ણ વિટંબણાઓમાં ડૂબેલા રહે છે. ઈશ્વરને માટે જપ, સ્તવન, પૂજન, અર્ચન તથા કીર્તન જેવાં કર્મકાંડોમાં મંડ્યા રહીને ખોટો આત્મસંતોષ મેળવે છે. તેઓ એમ માને છે કે ઈશ્વરની પ્રસન્નતા કે જીવન ઉદ્દેશ્ય માટે આટલો જ ખેલ-રમત રમી લેવી પર્યાપ્ત છે. આપણે વિવેકની આંખો ખોલીને એ જોવું જોઈએ કે પ્રશંસા કરવાથી, કાલાવાલા કરવાથી, આજીજી કરવાથી કે લાંચ આપવાથી આપણે કોઈ બુદ્ધિમાન સંસારીજનનો પ્યાર, અનુગ્રહ પ્રાપ્ત કરી શકતા નથી; તો ઈશ્વરને આ પ્રકારે બહેકાવીને કેવી રીતે સંતોષી શકીએ ? પૂજા-ઉપાસનાનો

ભાવાર્થ એ છે કે ઈશ્વરને, ઈશ્વરીય આયોજન અને નિર્દેશને સ્મૃતિપટલ ઉપર દેહતાપૂર્વક જમાવી લેવાં તથા પોતાનામાં અધિકાધિક નિર્મળતા તથા વિવેકશીલતા ઉત્પન્ન કરવી જોઈએ. આ આપણું નિત્યકર્મ છે, જેનાથી આત્મશોધન અને આત્મજાગૃતિનું પ્રયોજન પૂર્ણ થઈ શકે છે. ઈશ્વર માત્ર એટલાથી જ સંતોષ નથી પામતા. તેની પ્રસન્નતાનાં બે જ બિન્દુ છે. (૧) પોતાની વિચારણા, મનોભૂમિ, ગુણ, કર્મ, સ્વભાવની શૃંખલામાં અને કાર્યપ્રણાલીમાં અધિકાધિક પવિત્રતા, ઉદારતા, શ્રેષ્ઠતા અને આદર્શવાદિતાનો સમાવેશ કરવો. (૨) લોકમંગળ માટે સમર્પિત અધિકતમ અનુદાન. પોતાની સ્થિતિને અનુરૂપ હરકોઈ વિશ્વમાનવ જનતા જનાર્દનની ભાવનાત્મક સ્થિતિને ઊંચે લઈ જવામાં કંઈ ને કંઈ યોગદાન આપી શકે છે. આ પ્રયોજન માટે સમય, શ્રમ, બુદ્ધિ, ધન, આદિનું જેટલું અનુદાન આપી શકાય તેટલે અંશે ભગવાનની ઈચ્છાપૂર્તિ માટે સાહસ કર્યું છે તેમ માનવું અને એટલી જ માત્રામાં ઈશ્વરનો પ્યાર, અનુસહ અને આશીર્વાદ પ્રાપ્ત કરવાનો હક્ક મળી ગયો તેમ માનવું. ભગવાનના પ્રકાશને અંતઃકરણમાં પ્રવેશ કરવા દેવા માટે આપણે આપણી સ્વાર્થીવૃત્તિ, સંકીર્ણતા તથા લોભવૃત્તિની બારીઓ ખોલી નાંખવી પડે છે. સજ્જનતાને જીવનક્રમમાં સમાવિષ્ટ કર્યા વિના, આપણી નીતિ-રીતિમાં માનવતાના ઉચ્ચ દૃષ્ટિકોણને સમાવિષ્ટ કર્યા વિના જીવન સાર્થક નહીં બને. ઈશ્વરે આપેલી સંપત્તિઓમાંથી ઓછામાં ઓછો ભાગ નિર્વાહ પૂરતો રાખીને, બાકીનો વધેલો ભાગ લોકમંગળ રૂપે પ્રભુને પરત કર્યા વિના કોઈને જીવનલક્ષ્યની પ્રાપ્તિ નહીં થઈ શકે. આપણે એવો આત્મબોધ જાગૃત કરવો જોઈએ, જે આત્મશાંતિ અને ઈશ્વરપ્રાપ્તિના ઉપરોક્ત માર્ગ ઉપર ચાલવા પ્રેરિત કરે, તે માટે સમર્થ બનાવે.

## ૪. સ્વર્ગ અને મુક્તિનો આનંદ આ જીવનમાં જ સંભવી શકે

સ્વર્ગ અને મુક્તિ અધ્યાત્મ જગતનાં બે મહાન પુણ્યકળ માનવામાં આવે છે. તેમને પ્રાપ્ત કરવા માટે લોકો વિવિધ પ્રકારે

ધર્મ-કર્મ કરતા રહે છે. આ બન્ને શું છે, તેમનું સ્વરૂપ શું છે; આ વિષે લોકોની કલ્પનાઓ અને માન્યતાઓ સાચી નથી. કલ્પના એવી કરવામાં આવે છે કે સ્વર્ગ એ કોઈ પૃથ્વી જેવો લોક છે. ત્યાં ભોજન, આરામ, મનોરંજન તથા વિષયભોગની પ્રચુર સુવિધાઓ રહે છે. ત્યાં પહોંરયા પછી મનુષ્ય આ સુવિધાઓનો લાભ લેતો, આરામ અને આનંદથી દિવસો વીતાવે છે. એ જ રીતે મુક્તિ વિષે વિચારવામાં આવે છે કે ભગવાનના લોકમાં પહોંચીને જીવ જંઝટોમાંથી છુટકારો મેળવે છે. તેના જેવો જ બનીને રહે છે અને તેમાં જ લીન થઈ જાય છે. તેને જ સાલોક્ય, સામીપ્ય અને સાયુજ્ય મુક્તિ કહે છે.

ઉપરોક્ત માન્યતાઓ સાચી નથી કારણ કે ગ્રહનક્ષત્રોમાં હજુ સુધી કોઈ એવા પિંડની શોધ નથી થઈ, જ્યાં મનુષ્યસ્તરનાં જીવધારી પ્રાણીઓના નિવાસની વાત વિચારી શકાય. જો એમ જ હોત તો દરેક ગ્રહ-નક્ષત્રના જીવોની સ્થિતિ સુવિધા, આવશ્યકતા, પ્રકૃતિ તથા બનાવટ પોતાના જ ગ્રહ ઉપર રહે તેવી બની હોત. આવી દશામાં સ્વર્ગલોકની વાત બરાબર ગળે ઊતરતી નથી. પછી જે સુવિધાઓનું વર્ણન કરવામાં આવે છે તેનો ઉપયોગ આ સ્થૂળ શરીરથી જ કરવામાં આવે છે. મર્યા પછી સૂક્ષ્મ શરીર રહી જાય છે, જેના વડે ભાવનાત્મક અનુભૂતિઓ તો થઈ શકે છે, પણ ઈન્દ્રીયો ન હોવાથી ઈન્દ્રીય સુખ કેવી રીતે મળી શકે ? ત્યાં જીવ ખાવાપીવા જેવી સુવિધા અને સાધનોનો લાભ કેવી રીતે ઉઠાવી શકે ? એવી રીતે જો સર્વ જંઝટોથી છુટકારો મેળવવો, સર્વ લાભોથી વંચિત રહેવું એ જ મુક્તિ કહેવાતી હોય, તો સામાજિક પ્રકૃતિના સમૂહમાં રહેનાર મનુષ્ય માટે વધુ કષ્ટકારક બને. એકાંત જેલની કોટડીમાં, થોડા દિવસ રહેનારા કેદી, શારીરિક દૃષ્ટિએ ઢીલા અને માનસિક દૃષ્ટિએ ઉદ્વિગ્ન થઈને નીકળે છે. એકલા માટે સમય પસાર કરવો પણ મુશ્કેલ છે. મુક્ત થયા પછી પણ જો એકલા રહેવું પડે, તો એવા સૂમસામમાં શું સુખ મળે ? ભગવાન તો બહુ જ કાર્યવ્યસ્ત છે. તેની પાસે બેસી રહેવાથી શું લાભ ? જો તેમાં ભળી જઈએ, તો ભગવાનનું

વજન ભલે રતીભાર વધી જાય, પણ પોતાનું તો અસ્તિત્વ જ સમાપ્ત થઈ જાય. એવો આત્મનાશ જ જો મુક્તિ કહેવાતો હોય તો તેને કોણ ઈચ્છે ? તેનાથી કોઈને શું મળે ?

સ્વર્ગમુક્તિની ઉપરોક્ત માન્યતાઓ પૌરાણિક કાળની આલંકારિક માન્યતાઓ છે. વસ્તુતઃ સ્વર્ગ આત્મસંતોષને કહે છે, કારણ કે સંસારમાં તે જ સૌથી વધુ શાંતિદાયક સ્થિતિ છે. જીવનનું અસ્તિત્વ સૂક્ષ્મ છે. તેથી પદાર્થોનું સુખ તો માત્ર શરીરને મળશે, સૂક્ષ્મસત્તાને તો ભાવનાત્મક તૃપ્તિ જ પ્રસન્ન કરી શકે છે. ધનદોલત, એશઆરામ તો ભાવનાઓનો હોય છે અને તે સ્તરની અનુભૂતિ ત્યારે જ મળે, જ્યારે વ્યક્તિનો દૈષ્ટિકોણ સ્વચ્છ અને ક્રિયાકલાપ આદર્શવાદી માન્યતાઓને અનુરૂપ બની શકે. આત્માને સંતોષ આ સ્થિતિમાં જ થાય છે, કારણ કે તે ઈશ્વરનો અવિનાશી અંશ હોવાના કારણે, સદ્ ડેશ્ય માટે જ આ ધરતી ઉપર આવ્યો છે અને માછલી જે રીતે પાણીમાં જ ચેનનો શ્વાસ લઈ શકે છે તે જ રીતે આત્માને ઈશ્વરીય સ્તરની ઉચ્ચ ભૂમિકામાં પહોંચવાથી જ ચેન મળી શકે છે. આ ભૂમિકા ઉચ્ચ વિચારણા અને શ્રેષ્ઠ આચારપદ્ધતિ ઉપર નિર્ભર છે. જેની વિચારણા અને ક્રિયાકલાપ ભૌતિક સ્વાર્થ ઉપર અવલંબિત છે, તેને સંપદ, સુવિધા અને ખ્યાતિ ગમે તેટલી મળે, છતાં ક્યારેય આંતરિક શાંતિ નહીં મળે. આત્મશાંતિનો સંતોષ, માત્ર તેઓના જ ભાગે આવે છે, જેમણે પોતાના વિચારક્ષેત્રને ઉચ્ચ, શ્રેષ્ઠ માન્યતાઓને અનુરૂપ વિચારવા અને ચાહવા માટે અભ્યસ્ત કરી લીધું અને તેના ઉપર એવો પ્રગાઢ વિશ્વાસ જમાવી લીધો હોય કે, શરીર તે ધારણાની વિરુદ્ધમાં એક કદમ પણ ન ઉઠાવી શકે. જેને પોતાના વિચારો અને કાર્યોમાં શ્રેષ્ઠતાનો સંતોષ, જેટલી અધિક માત્રામાં મળે તેણે એમ સમજવું કે તે એટલા જ ઉચ્ચ સ્વર્ગલોકમાં નિવાસ કરે છે.

નરક પણ કોઈ લોક નથી. નરકનું જે વર્ણન કરવામાં આવે છે તે શરીરધારીને માટે સંભવ છે. મરી ગયા પછી જીવ હવા જેવી સૂક્ષ્મ વસ્તુ બની જાય છે. તેથી તેને ઘાણીમાં પીલવો, કોરડાથી મારવો કઈ રીતે સંભવિત બને ? વસ્તુતઃ નરક ભોગવવા માટે આપણે કોઈ વિશેષ



લોકમાં જવાની કે બીજા દ્વારા ઉત્પીડન સહન કરવાની આવશ્યકતા નથી. આ પ્રયોજન તો આપણી દુર્બુદ્ધિ અને દુષ્પ્રવૃત્તિ હરઘડી પૂર્ણ કરી શકે છે. કુસંસ્કારી અને દુર્ગુણી મનુષ્ય પોતાની છીછરી વિચારપદ્ધતિની આગમાં પોતે જ હર ઘડી જલતો રહે છે. ચિંતા, ભય, ક્રોધ, અસંતોષ, ઈર્ષ્યા, દ્વેષ, શોષણ, પ્રતિશોધ, ઉત્પીડનની પ્રવૃત્તિ ચાલુ રહેવાથી અંતઃકરણ એટલું વિશુભ્ધ અને દુષ્પી રહે છે કે જીવન નીરસ જ નહીં, ભારરૂપ પણ પ્રતીત થવા લાગે છે. આત્મ ક્રિટિકારથી પીડિત વ્યક્તિ, નશાબાજીને શરણે જઈને, ખોટું કરવું, વૈરાગી બનીને દોડવું, યા આત્મહત્યા જેવાં કુકૃત્ય કરતી જોવામાં આવે છે. આ નરકની જ અનુભૂતિઓ છે. દુષ્ટ વ્યક્તિ કે જેના ઉપર ચારે બાજુથી ઘૂસા વરસે છે તેને એક રીતે નરકનો કીડો જ ગણાવી શકાય દુષ્કર્મ કરતી વખતે આત્મા કાંપે છે અને આત્મ ધિક્કારની ગ્લાનિ નિરંતર પશ્ચાત્તાપની આગમાં જલાવે છે. તેને નરક જ કહેવામાં આવશે. કુકર્મ તો થોડી જ વારમાં પૂરું કરી લેવામાં આવે છે, પણ તેને કરીને જે પતન થયું અને ભવિષ્યમાં ઈશ્વરદંડની જે સંભાવના ઊભી થઈ, તેનું સ્મરણ કરીને, આદમી અંદરને અંદર ખૂબ જલતો રહે છે. વસ્તુતઃ આ જ નરક છે, જે કોઈ પણ કુમાર્ગગામીને ખાય છે, જર્જરિત કરે છે અને પશ્ચાત્તાપમાં મૂંઝવ્યા કરે છે.

શારીરિક દુઃખ, સંસારમાં પણ ઓછાં નથી. આ માટે બીજા કોઈ લોકમાં જવાની જરૂર પડતી નથી. કષ્ટસાધ્ય રોગીઓને વ્યથાથી નિરંતર ચિલ્લાતા ગમે ત્યાં જોઈ શકાય છે. આંધળા, કોઢિયા, અપંગ, અસહાય લોકોને શું ઓછાં કષ્ટ સહન કરવાં પડે છે ? પ્રિયજનોનું મૃત્યુ, અસફળતા, અપમાન, ધનહાનિ, આક્રમણ, ઉત્પીડન જેવા પ્રસંગો ઉપર શું ઓછું દુઃખ થાય છે ? શારીરિક અને માનસિક કષ્ટ, આ સંસારમાં પણ ઓછાં નથી. કર્મફળને અનુરૂપ જો કોઈ ત્રાસ મળે, તો તે પણ અહીં જ જોવા મળશે. તેથી નર્કની કલ્પનાને અન્ય લોક સાથે જોડવી ઊચિત નથી. દુષ્કર્મ કરવાથી તેના ફળ સ્વરૂપે મળનારા સામાજિક અને ઈશ્વરીય દંડ મળીને પૂરા નારકીય અનુભવો કોઈ પણ કુપથગામીને અહીં જ, આ લોકમાં જ મળી રહે છે.

મુક્તિનો અર્થ છે બંધનોમાંથી છૂટવું, વિચાર કરો કે એ બંધનો કેવાં છે, જેનાથી આપણે બંધાયેલા છીએ ? શરીરને કોઈ દોરડાથી તો કોઈએ બાંધી નથી રાખ્યું ! કેદખાનામાં નિવાસ પણ કરતા નથી. સ્વેચ્છપૂર્વક ગમે ત્યાં આવ-જા કરી શકીએ છીએ. જો સંસારને ભવબંધન કહીએ, તો તે પણ ઉચિત નથી કારણ કે આ વિશ્વ ભગવાનનું વિરાટ સ્વરૂપ છે. જ્યાં કણકણમાં ભગવાન વ્યાપ્ત હોય ત્યાં બંધન કેવું ? જે ભૂમિ ઉપર જન્મ લેવા માટે દેવતા પણ તલસે છે, જ્યાં અવતારો, ઋષિઓ અને ધર્માત્માનો નિરંતર પ્રવાહ વહેતો હોય, જ્યાં ગંગા-જમના જેવી નદીઓ, હિમાલય જેવા પર્વતો, અને પ્રાકૃતિક સુખમાનું સ્વર્ગ છવાયેલું પડ્યું હોય, ત્યાં જન્મ લેવો અને જીવિત રહેવું એક સૌભાગ્ય જ છે. તેને ભવબંધન કેમ કહેવાય ? જ્યાં પ્રેમાળ પરિજનોનાં અનુદાન નિરંતર વરસતાં આપણને કૃતજ્ઞતામાં ડુબાડી દેતાં હોય, ત્યાં ભવબંધન કેમ હોઈ શકે ? જેનાથી છુટકારો મેળવવા મુક્તિની કલ્પનામાં વિચરણ થઈ શકે ? જન્મમરણ તો એકધારી પરિસ્થિતિની નીરસતામાંથી નવીનતાના ઉલ્લાસમાં પ્રવેશવાનું મનોરંજન માત્ર છે. તેમાં અનિચ્છનીય, અનુચિત, અશોભનીય કે આનંદરહિત શું છે કે જેનાથી છૂટવાની વાત વિચારવી પડે ?

મુક્તિ વસ્તુતઃ પોતાના દોષ-દુર્ગુણોથી, સ્વાર્થ-સંકીર્ણતાથી, કોધ-અહંકારથી, લોભ-મોહથી, પાપ-અવિવેકથી મેળવવી જોઈએ. આ એ જ શત્રુઓ છે, જે ડગલે પગલે દુઃખ આપે છે. આત્મગ્લાનિ અને આત્મપ્રતાડનાની આગમાં સળગાવનાર પોતાના દોષદુર્ગુણો જ છે, જે સન્માર્ગ ઉપર ચાલવા માટે, બેડીનું કામ કરી, રોકી રાખે છે. સમય, સાધન, સુવિધા અને સામર્થ્ય હોવા છતાં પણ પરમાર્થ પ્રયોજન માટે કંઈ વિચારી કે કરી શકતા નથી. આ અંતરંગની નબળાઈ જ સૌથી મોટું બંધન છે. તેને તોડીને ફેંકી દેવાય અને ઉચ્ચ વિચારણાને અનુરૂપ આદર્શવાદી, પરમાર્થ પરાયણ જીવન જીવી શકાતું હોય, તો સમજવું જોઈએ કે મુક્તિ અહીં જ મળી ગઈ ! સ્વર્ગ અને મુક્તિ પોતાના દૈષ્ટિકોણનું શુદ્ધિકરણ કરીને આપણે આ જ જીવનમાં પ્રાપ્ત કરી શકીએ છીએ તે માટે મૃત્યુકાલ સુધી પ્રતીક્ષા કરવાની શું જરૂર છે ?

## પ. કર્મફળ આજે નહીં તો કાલે ભોગવવું જ પડશે

કદાચ કર્મનું ફળ તુરત ન મળે, તો તેનાથી એમ ન સમજવું કે તેનાં સારાં-ખરાબ પરિણામોથી સદાને માટે બચી શકીશું. કર્મફળ એક એવું શાશ્વત સત્ય છે, જે આજે નહીં, તો કાલે ભોગવવું જ પડશે. ક્યારેક એનાં પરિણામોમાં વાર એટલા માટે લાગે છે કે ઈશ્વર માનવીય બુદ્ધિની પરીક્ષા કરવા ઈચ્છે છે, કે મનુષ્ય પોતાનો કર્તવ્યધર્મ સમજી શકવા અને નિષ્ઠાપૂર્વક પાલન કરવા લાયક વિવેકબુદ્ધિ સંચિત કરી શક્યો કે નહીં. જે દંડ-ભયથી ડર્યા વિના, દુષ્કર્મોથી બચવું એને મનુષ્યતાનું ગૌરવ સમજે છે અને સદાયે સત્કર્મો સુધી સીમિત રહે છે, તેણે સમજવું જોઈએ કે સજ્જનતાની પરીક્ષા પાસ કરી લીધી અને પશુતાથી દેવત્વ તરફ ગતિ કરવાનો શુભ આરંભ કરી લીધો.

દંડ-ભયથી તો વિવેકરહિત પશુને પણ અનિચ્છનીય માર્ગ ઉપર ચાલતાં રોકી શકાય છે. માનવીય અંતઃકરણની વિકસિત ચેતના ત્યારે જ અનુભવી શકાય, કે જ્યારે તેને કુમાર્ગ ચાલતાં રોકે અને સન્માર્ગ ચાલવાની પ્રેરણા આપે.

લાકડીના બળે ઘેટાંને યોગ્ય રસ્તે ચલાવવામાં ભરવાડ સફળ થાય છે. બધાં જાનવરોને આ જ રીતે દંડભય દેખાડીને અમુક પ્રકારે જોતરી શકાય છે. જો દરેક કામનો તુરત જ દંડ મળે અને ઈશ્વર બળપૂર્વક અમુક માર્ગે ચાલવા વિવશ કરે, તો પછી મનુષ્ય પણ એ જ પશુઓની હરોળમાં આવી જાય તેની સ્વતંત્ર આત્મચેતના વિકસિત થઈ કે નહીં તેની ખબર જ ન પડે.

ભગવાને મનુષ્યને સારાં કે ખરાબ કર્મ કરવાની સ્વતંત્રતા એટલા માટે આપી છે કે માનવી પોતાના વિવેકને વિકસિત કરીને સારા-ખરાબ વચ્ચેનું અંતર જાણે અને દુષ્પરિણામોના શોક સંતાપથી બચવા અને સત્પરિણામોનો આનંદ લેવા માટે, પોતે જ પોતાનો પથ નિર્માણ કરવા સમર્થ બને. ઉન્નતિને અપનાવવા વાળો વિવેક અને

કર્તવ્યપરાયણતા, આ બે જ કસોટી માનવતાનું આત્મિક સ્તર વિકસિત કરવા માટે બસ છે. આ આત્મવિકાસ ઉપર જ જીવનના ઉદ્દેશ્યની પૂર્તિ અને માનવજન્મની સફળતા અવલંબિત છે. ઈશ્વર ઈચ્છે છે, કે માનવી પોતાની સ્વતંત્ર ચેતનાનો વિકાસ કરે અને વિકાસક્રમથી આગળ વધતો જઈને પૂર્ણતાના લક્ષ્યની પ્રાપ્તિ કરીને સફળ બને.

જો ઈશ્વરને એવો ખ્યાલ હોત, કે બુદ્ધિમાન બનાવેલો મનુષ્ય પશુઓ જેવો મૂર્ખ જ બની રહેશે, તો કદાચ તેને દંડના બળ ઉપર ચલાવવાની વ્યવસ્થા તેમણે વિચારી હોત. ત્યારે ખોટું બોલતાં જ જીભમાં છાલાં પડત, ચોરી કરતાં જ હાથમાં ફોલ્લા પડત, બેઈમાની કરતાં જ તાવ આવી જાત, કુદૈષ્ટિ કરતાં જ આંખ દુઃખવા માંડત, કુવિચાર આવતાં જ મસ્તકપીણ થાત આવો તુરત જ દંડ આપવાની વ્યવસ્થા બનાવી હોત તો દુષ્કર્મો કરવાં અશક્ય બની જાત. લોકો જ્યારે લાભની જગાએ હાનિ વધુ જુએ, તો દુષ્કર્મ કરવાની હિમત જ ન કરત. એવી સ્થિતિમાં મનુષ્યની સ્વતંત્ર ચેતના, વિવેક બુદ્ધિ, આંતરિક મહાનતાને વિકસિત કરવાનો અવસર જ ન આવે અને આત્મવિકાસ વિના પૂર્ણતાના લક્ષ્યની પ્રાપ્તિ કરવાની દિશામાં પ્રગતિ ન થઈ શકત તેથી પરમેશ્વર માટે એ ઉચિત જ હતું કે માનવને પોતાનો સૌથી બુદ્ધિમાન અને સૌથી જવાબદાર પુત્ર સમજીને તેને કર્મ કરવાની સ્વતંત્રતા પ્રદાન કરવી અને એ જોવું કે તે માનવતાનું ઉત્તરદાયિત્વ સંભાળવા સમર્થ છે કે નહીં ? પરીક્ષા વિના વાસ્તવિકતાની ખબર કેવી રીતે પડત અને તેને પોતાની આ સર્વશ્રેષ્ઠ રચના મનુષ્યમાં, પોતાના શ્રમની કેટલી સાર્થકતા થઈ તેનો કેવી રીતે અનુભવ કરી શકત ?

આમ તો સમાજમાં પણ કર્મફળ મળવાની વ્યવસ્થા છે જ અને સરકાર દ્વારા પણ તેને માટે સાધનોની વ્યવસ્થા કરવામાં આવી છે. પોલીસ, જેલ, કચેરી, કાનૂન, નિયંત્રણ, નિરીક્ષણ દ્વારા એવો પ્રબંધ કરવામાં આવ્યો છે કે અનાચારીઓને રોકી શકાય, દંડ દઈ શકાય, છતાં આ વ્યવસ્થામાં અનેક ખામીઓ છે અને ચતુર અપરાધીઓ તો

સરકારની પકડમાં પણ આવતા નથી. કેટલાક પકડાય છે, તો કાનૂની જોગવાઈની તીરાડમાંથી નીકળી જાય છે, કોઈ સંબંધિત અધિકારીને પ્રભાવિત કરીને, દંડમાંથી બચવાનો રસ્તો શોધી કાઢે છે. એમ છતાં એક આવી વ્યવસ્થા તો છે જ અને કઠોર શાસન હોય તો અધિકાંશ અપરાધો, દુષ્કર્મો સરળતાથી રોકી શકાય છે અને ગુનેગારોને એવી કડક સજા કરી શકાય છે કે તે પોતે કે બીજા જોનારા પણ સાહસ ન કરી શકે. જે હોય તે; આખરે એક સરકારી વ્યવસ્થા તો છે જ, જે હજારો, લાખો, કુમાર્ગગામીઓને તિરસ્કૃત અને દંડિત કરવામાં ઉપયોગી છે અને અમુક અંશે અટકાવી પણ શકે છે.

સમાજમાં કુકર્મીઓનો તિરસ્કાર અને અવિશ્વાસ કરવામાં આવે છે. લોકો તેને સહયોગ-સમર્થન આપતા નથી અને તેમના સંપર્કથી દૂર રહે છે. માનવની ઉન્નતિ પારસ્પરિક સહયોગ ઉપર નિર્ભર છે. જેને બીજાનો જેટલો ગહન પ્યાર અને સાચો સહયોગ મળ્યો તે તેટલો જ ઉન્નતિશીલ બની શકે. આ લાભ કુમાર્ગીને નથી મળતો. તેનાથી બધા ડરે છે અને વિચારે છે કે સંપર્ક વધારવાથી તે આપણી ઉપર જ ક્યારેક ઘા કરી લેશે. ઝંઝટમાં ન પડવાના બીકથી કોઈ પ્રત્યક્ષ વિરોધ કરીને સંઘષ ન કરે, ચૂપ ભલે બેસી રહે, પણ અનૈતિક વ્યક્તિને કોઈ સાચા મનથી પ્રેમ નહીં કરે. વ્યભિચારી પણ પોતાના ઘરમાં બીજા વ્યભિચારીને તથા ચોર પોતાના ઘરમાં બીજા ચોરને પ્રવેશવા દેતો નથી, કેમકે તે તેને અવિશ્વાસથી જુએ છે અને આંતરિક રીતે ઘૃણા કરે છે અને તે સર્પ-વીંછીની જેમ અલગ પડ્યો રહે તેવું ઈચ્છે છે. દુષ્કર્મ છુપાવી શકાતાં નથી. કુકર્મ અને દુષ્પ્રવૃત્તિ આખરે ખુલ્લી થાય જ છે. આ એક તથ્ય છે, કે અનાચારી માત્ર ઘૃણાને પાત્ર જ હોય છે. તેને સન્માન મળતું નથી કે સહયોગ મળતો નથી. જેથી તેનો વિકાસ સંભવ નથી અને આનંદની ગુંજાઈશ નથી. કુકર્મી થોડાંક સાધનો એકઠાં કરી શકે છે, તેના વડે શરીર અને ઈન્દ્રીયોનું થોડુંક ક્ષણિક સુખ ભોગવી શકે છે, પણ સામાજિક પ્રાણી હોવાને નાતે, જે શ્રદ્ધા, સન્માન, પ્યાર, સહયોગની

તેને ભારે ભૂખ અને આવશ્યકતા રહે છે, તે સદાકાળ અપ્રાપ્ત જ રહે છે. સામાજિક અસહયોગ અને તિરસ્કાર એક એવો દંડ છે, જે અપ્રત્યક્ષ હોવા છતાં પણ મનુષ્યને ઘરમાં રહેતા ભૂતપિશાચની જેમ ઉદ્વિગ્ન અને સંત્રસ્ત રાખે છે. આ સ્થિતિ જેલનો દંડ ભોગવનાર કેદીથી ઓછી કષ્ટકારક નથી.

કુમાર્ગી આત્મશિક્ષાના દંડથી બચી શકતો નથી. જો આત્માને સર્વથા કચડી-મસળી નાખ્યો ન હોય અને તેમાં થોડીક પણ ચેતના બાકી રહેવા દીધી હોય, તો, કુકર્મને માટે આત્મજ્વાલિ અને ધિક્કારનો અવાજ નિરંતર અંદરથી ઉઠ્યા જ કરશે. પાપને બીજાથી છુપાવી શકાય, પણ આત્માથી વસ્તુસ્થિતિ કંઈ છુપાવી શકાતી નથી. અનીતિ અપનાવીને વર્તવામાં આવેલી નીચતાને માટે તેનો આત્મા નિરંતર ધિક્કારતો રહે છે અને પશ્ચાત્તાપની આગમાં ખરાબ રીતે જલાવ્યા કરે છે. પાપી મનુષ્ય એક ક્ષણ માટે પણ શાંતિનો અનુભવ કરી શકતો નથી. આંતરિક શિક્ષા, બાહ્ય દંડથી અધિક હાનિકારક હોય છે. તેના કારણે વ્યક્તિ નિરંતર દુર્બળ, ઉદ્વિગ્ન, એકાકી, નીરસ અને વિક્ષિપ્ત રહ્યા કરે છે. વ્યક્તિને તિરસ્કૃત, પતિત અને અસ્તવ્યસ્ત બનાવવામાં આત્મજ્વાલિ જ સૌથી મોટો અવરોધ સાબિત થાય છે અને છતાં ઈશ્વરીય વિધાન પણ નિઃસત્વ થયું નથી. આજે નહીં, તો કાલે તેની વ્યવસ્થા પ્રમાણે કર્મફલ મળીને જ રહે છે. “દેર છે, અંધેર નથી.” સરકાર અને સમાજથી પાપ છુપાવ્યા છતાં આત્મા અને પરમાત્માથી તેને છુપાવી શકાતું નથી. આ જન્મ કે આવતા જન્મમાં કર્મનું ફલ નિશ્ચિત રૂપે ભોગવવું જ પડે છે. આજે કરેલું કરજ, કાલે ચૂકવવું પડશે. તેથી એમ ન વિચારવું કે કરજ ઉપર લીધેલાં નાણાં મફતમાં મળી ગયાં. પાપનો દંડ આજે ન ભોગવવો પડે, તો કોઈએ એમ ન સમજવું કે તે સદાને માટે એમાંથી બચી ગયો. ઈશ્વરીય કઠોર વ્યવસ્થા ઉચિત ન્યાય અને ઉચિત કર્મફળને આધારે બનેલી છે. તેથી તુરત નહીં તો થોડી વાર પછી, પોતાના કર્મોનું ફળ ભોગવવા દરેકે તૈયાર જ રહેવું જોઈએ.

માનવતાની કસોટી સન્માર્ગગામિતા છે. વિવેકની પરખ કુમાર્ગથી

બચવામાં છે. માનવીય ગરીમાનો તકાજો છે કે આપણે ન્યાય, ઔચિત્ય અને કર્તવ્યને અપનાવીએ. અશુભ વિચારીએ નહીં કે અનુચિત પગલાં ભરીએ નહીં, તેમાં જ બુદ્ધિમત્તા અને દૂરદર્શિતા સમાયેલી છે.

## ૬. દુષ્કર્મોના દંડથી પ્રાયશ્ચિત્ત જ છોડાવી શકે

જાણ્યેઅજાણ્યે, કુબુદ્ધિવશ મનુષ્ય અનેક પ્રકારનાં અનુચિત કાર્યો કર્યા કરે છે. આ ખરાબ કર્મ તેની આત્મિક પ્રગતિ, વ્યક્તિત્વનો વિકાસ તથા ભૌતિક સફળતાઓમાં ભારે અવરોધ રૂપ સિદ્ધ થાય છે. આત્મા ઉપર દોષ-દુઝુર્ણાનું જેટલું આવરણ ચડે છે, એટલું જ અંતઃકરણ ભારે અને કલુષિત થતું જાય છે. આ કરુણ સ્થિતિમાં કોઈ શું આત્મસંતોષ અનુભવી શકે કે કોઈને શ્રેષ્ઠતા તરફ વધારવાનું સાહસ કરશે ? આંતરિક દુર્બળતા સૌથી મોટી દુર્બળતા છે. તે મનુષ્યને એવો અપંગ અને નિઃસત્વ બનાવીને છોડે છે, કે કોઈ મહત્ત્વપૂર્ણ કામ કરી શકવું તેને માટે સંભવ નથી.

શારીરિક અને માનસિક અસ્વસ્થતાનાં અનેક કારણો છે. બીમારીનાં અનેક કારણો હોઈ શકે અને માનસિક ઉદ્વેગના અનેક આધાર હોઈ શકે. પણ સૌથી મોટું કારણ છે, આત્મવિકાસ, જે અનૈતિક અને અનિચ્છનીય કાર્ય કરવાથી નિરંતર અંતરંગમાં ઉદ્ભવે છે. જેમણે અનૈતિક અને અસામાજિક કાર્ય કર્યાં છે, તેમણે જીવનની શુદ્ધ ચાદર ઉપર જાતજાતના ડાઘ લગાવ્યા છે, તેમના માટે એનથી બેસવું કઠિન છે. આત્મવિકાસર કંઈક કહી-સાંભળીને જ ચૂપ નથી રહેતો, પરંતુ અનેક રસ્તેથી ફૂટી નીકળે છે. જો પારો ખાવામાં આવે તો તે ફૂટી નીકળે છે. તે કોઈને પચતો નથી. આ જ રીતે પાપકર્મ પણ આત્મવિકાસર કે આત્મવ્યાપ્તિના રૂપમાં મનમાં ને મનમાં ડંખે છે. ઉપરાંત અનેક કષ્ટકારક હેરાનગતિઓના રૂપે ફૂટીને બહાર આવે છે.

શારીરિક રોગો વિષે અદ્યતન શોધ થઈ છે, કે કષ્ટસાધ્ય, અસાધ્ય અને કાબૂમાં ન આવનારા રોગો અનાચાર અપનાવવાના કારણે ઉત્પન્ન થાય છે. આહારવિહારની અનિયમિતતાથી જે

બીમારીઓ ઉત્પન્ન થાય છે, તે સાધારણ ઉપચારથી થોડા જ વખતમાં સારી થઈ જાય છે, પરંતુ મનના ઊંડા અંતરાલમાં છુપાયેલી આત્મધિક્કારની પીડા, નાડીઓ, કોષો, સ્વસ્થ જીવન ક્ષણોમાં એટલી ઊંડાઈ સુધી પ્રવેશી જાય છે કે દવાઓનો તેના સુધી પ્રભાવ પડતો નથી અને ઉદ્વેગ, સંતાપ જેવા રોગો દ્વારા કષ્ટો ઉત્પન્ન કરે છે. શાસ્ત્રોમાં કષ્ટસાધ્ય રોગને સંચિત પાપોનું પરિણામ જ માનવામાં આવે છે. આ તથ્યને આજનું શરીરશાસ્ત્ર અને મનોવિજ્ઞાન અક્ષરશઃ સિદ્ધ કરે છે.

દુષ્કર્મો અને કુવિચારોના જે કુસંસ્કાર મન ઉપર જામી જાય છે, તે એક પ્રકારના વિષયુક્ત તત્વના રૂપે ચેતન મન અને અચેતન મન ઉપર જામતા રહે છે. મનની ચંચળતા, ઉદ્વિગ્નતા, અસ્થિરતા તથા આવેગ, વિક્ષોભના રૂપમાં ફૂટે છે અને વ્યક્તિને અર્ધપાગલ જેવો બનાવી દે છે. તે કોઈ કામ એકાગ્રચિત્ત થઈને કરી શકતો નથી અને હરઘડી બેચેનીમાં જ રહે છે. ફળસ્વરૂપે તેને ડગલે પગલે અસફળતા મળે છે અને ઠોકર લાગે છે. અસંતુલિત વ્યવહારને કારણે સંબંધિત વ્યક્તિ છંછેડાઈ, અસંતુષ્ટ થઈને અસહયોગી અને વિરોધી બની જાય છે. સ્વજનો સાથે કજિયો કરવાની ટેવવાળી વ્યક્તિ હરઘડી પ્રેત-પિશાચની જેમ વિક્ષુબ્ધ થયેલી રહે છે. મગજ સારી રીતે કંઈ વિચારી શકતું નથી, કે કોઈ સારો રસ્તો મળતો નથી. ભટકતું અને ભ્રમિત મન જીવનને એવી કાંટાળી ઝડીમાં ફેંકી દે છે, જ્યાં કેવળ શોકસંતાપ જ દેખાય છે. શરીરથી માંદી અને મનથી વિક્ષુબ્ધ વ્યક્તિ જીવતાં નરક ભોગવે છે. મનમાં ને મનમાં તેને એટલા ઘા પડે છે કે જેને કારણે તેઓ માત્ર તડપતા અને કરાંજતા જોવામાં આવે છે. તે પાપકર્મોથી નિવૃત્તિ કેવી રીતે મળે કે જેથી ચિત્ત હલકું થાય અને આંતરિક વ્યથાથી છુટકારો મળે, જે યમદૂતોની જેમ વ્યક્તિને દુઃખી અને અસફળ બનાવવા માટે પાછળ પડેલાં છે ? આ પ્રશ્નનો ભારતીય સંસ્કૃતિમાં એક જ ઉત્તર મળે છે પ્રાયશ્ચિત્ત. આપણે ત્યાં દરેક પાપનું પ્રાયશ્ચિત્ત થઈ શકે છે. તે કરીને જ અનિચ્છનીય આચરણની મલિનતા ઘોઈ શકાય છે. રસ્તામાં ખાડો



ખોઘો હોય, તો તેનું પ્રાયશ્ચિત્ત એ જ છે કે, તેને પૂરીને સમતલ કરવાનો એટલો જ પ્રયત્ન કરવામાં આવે, જેટલો ખોદવા માટે કરવામાં આવેલો કોઈને હાનિ પહોંચાડી હોય, તો તેનું પ્રાયશ્ચિત્ત એ જ છે કે, તે હાનિ ભરપાઈ કરી દેવામાં આવે. પોતાના દોષ સ્વીકારી, તેને માટે અફસોસ કરવો, લજ્જિત થવું અને ભવિષ્યમાં એવી ભૂલોની પુનરાવૃત્તિ નહીં થાય, એવી મનોભૂમિ પ્રાયશ્ચિત્ત કરનારની હોવી જોઈએ. અન્યથા તેનું કંઈ જ પ્રયોજન રહેતું નથી. એક બાજુ પ્રાયશ્ચિત્તની વાત વિચારીએ અને બીજી બાજુ દુષ્કર્મ ફરીથી કરીએ, તો એને એક પ્રકારની મજાક જ માનવામાં આવશે.

ઈશ્વર પાસે ક્ષમા માગવી ઉચિત છે. એનાથી આત્મશોધનને બળ મળે છે. તીર્થયાત્રા, દેવદર્શન, વ્રત, ઉપવાસ કરવાથી ચિત્ત હળવું બને છે અને તે ભૂલ આગળ ઉપર પુનરાવર્તન ન પામે તેની પ્રેરણા મળે છે. પણ એટલાથી પૂર્વકર્મોનાં ફળ ભોગવાતાં નથી કે ખાડો પૂરાતો નથી. ઋણમાંથી મુક્ત તે જ થઈ શકે, જે ધન પરત આપે. સમાજને આપણે દુષ્કર્મોથી જેટલી ક્ષતિ પહોંચાડી છે, તેની પૂર્તિ ત્યારે જ થાય, જ્યારે આપણે તેટલા જ પ્રમાણમાં સત્કર્મ કરીને સમાજને લાભ આપીએ. આ પ્રકારે હાનિ અને લાભનું સંતુલન જ્યારે સમાન થશે ત્યારે એમ કહેવાય કે પાપનું પ્રાયશ્ચિત્ત થઈ ગયું અને આત્મજ્ઞાનિ તથા આત્મપીડાથી છુટકારો મેળવવાની સ્થિતિ બની ગઈ.

જે વ્યક્તિ સાથે અનાચાર થઈ ગયો તે ન થયો થવાનો નથી. સંભવ છે કે વ્યક્તિ અન્યત્ર ચાલી ગઈ હોય. એવી દશામાં તે ધાયલ વ્યક્તિને તે જ સ્વરૂપે ક્ષતિપૂર્તિ કરવાનું શક્ય નથી. પરંતુ બીજો માર્ગ ખુલ્લો છે. દરેક વ્યક્તિ સમાજનું અંગ છે. વ્યક્તિને પહોંચાડેલી ક્ષતિ, અન્ય રીતે સમાજનું જ નુકસાન થયું છે. તેને બીજી રીતે સમાજસેવાના રૂપે, શ્રમ, સમય, ધન આદિ આપીને પૂર્ણ કરી શકાય છે. ચોરી, બેઈમાની, લાંચ, ઓછું તોલવું, ભેળસેળ, છેતરપિંડી વગેરે દ્વારા જે ધન કમાયા હોઈએ, તેને લોકમંગળના કાર્યોમાં-વિદ્યાદાન, પછતપણું દૂર કરવું, અસહાયને સહાય કરવી

આદિ પ્રાયશ્ચિત્તોમાં ખર્ચ કરીને પ્રાયશ્ચિત્તની વિધિ પૂર્ણ કરી શકાય છે. પિતાના મૃત્યુ પછી તેમની આત્મશાંતિ માટે શ્રાદ્ધ નિમિત્તે કરવામાં આવતાં પુણ્ય-પરમાર્થ બીજાને જ લાભ આપે છે. સ્વર્ગસ્થ પિતાજી તો તેને લેવા આવતા નથી, છતાં શ્રાદ્ધનું પ્રયોજન પૂર્ણ થઈ જાય છે, કેમકે સ્વર્ગસ્થ આત્મા પણ સમાજનું એક અંગ જ હતું અને એ જ સમાજના કલ્યાણ માટે જે શ્રાદ્ધ કરવામાં આવે છે, તે પિતાની જ સેવા-સહાયતા કરવા બરાબર છે, તેથી એવું જ પુણ્ય મળી જાય છે. આ જ નિયમો પ્રાયશ્ચિત્ત વિધાન ઉપર લાગુ પડે છે.

જો આપણે બેઈમાનીથી ધન કમાયા હોઈએ તો સર્વ ધન, અથવા જેટલું અધિક સંભવ હોય, તેટલું લોકમંગલ માટે વાપરવું, જો વ્યભિચાર કરીને કોઈનું ચરિત્ર બગાડ્યું હોય, તો સમાજમાં ચારિત્ર્ય, સદાચારનું સંવર્ધન તથા સંસ્થાપન કરવા માટે સમયદાન કે અંશદાન વાપરવું જોઈએ, જેથી સામાજિક ક્ષતિની પૂર્તિ થાય. પીડાનું પ્રાયશ્ચિત્ત, પીડિતોનાં સુખસુવિધા વધારવા માટે કરવું, પૂર્વજો અને બીજાઓ દ્વારા સેવા સહાયતા લીધી હોય, સ્નેહનો લાભ મેળવ્યો હોય, તેનાથી ઋણમુક્ત થવા માટે પછત મનોભૂમિ તથા પરિસ્થિતિના લોકોને ઊંચા ઉઠાવવામાં યોગદાન કરવું, જીવનમાં સેવાસહાયતાનો સમાવેશ પુણ્ય-પરમાર્થ સંચિત કરવાની દૈષ્ટિથી તો આવશ્યક છે જ અને પાછલા પાપોનું પ્રાયશ્ચિત્ત કરવા આત્મપીડાના ફળસ્વરૂપે મળતાં કષ્ટોમાંથી નિવૃત્ત થવા માટે પણ જરૂરી છે.

સસ્તી કિંમતનાં કર્મકાંડ કરીને પાપોના ફળમાંથી છુટકારો મેળવવો સર્વથા અસંભવ છે. સ્વાધ્યાય, સત્સંગ, કથા, કીર્તન, તીર્થ, વ્રત આદિ વડે ચિત્તમાં શુદ્ધતાની વૃદ્ધિ થાય અને ભવિષ્યમાં પાપ વૃત્તિઓ ઉપર અંકુશ આવે તે વાત સમજાય છે. ધર્મકૃત્યોથી પાપ નાશનું માહાત્મ્ય, જે શાસ્ત્રોમાં બતાવ્યું છે, તેનું તાત્પર્ય એટલું જ છે કે મનોભૂમિનું શોધન થવાથી ભવિષ્યમાં થનારાં પાપોની સંભાવના નાશ પામે. જેટલાં ભયંકર પાપ કર્યાં હોય એટલાં જ ભારે પુણ્યકર્મો કરવાં જોઈએ. ઈશ્વરીય કઠોર ન્યાયવ્યવસ્થામાં એવું વિધાન છે કે પાપનાં પરિણામોની આગમાં બળી મરવાથી જેને

બચવું હોય તેઓ સમાજની શ્રેષ્ઠતા વધારવાની સેવાસાધનામાં સંલગ્ન થઈ જાય અને પાપના ભારમાંથી છુટકારો પ્રાપ્ત કરીને શાંતિ અને પવિત્રતાની સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરે.

## ૭. આપણે કામનાગ્રસ્ત નહીં, પ્રગતિશીલ બનીએ

પ્રગતિની આકાંક્ષા અને લાલસાઓની પૂર્તિનું સામાન્ય સ્વરૂપ એક સરખું લાગે છે, પણ ઝીણવટથી જોવાતાં તેમાં જમીન-આસમાન જેટલું અંતર લાગશે. પ્રગતિ તે આવશ્યકતાનું નામ છે જે વ્યક્તિને ઊંચે લાવે, પ્રતિભા વિકસિત કરે, યોગ્યતા વધારે. એનો અર્થ છે તે ક્ષમતાઓનો વિકાસ; જે શરીર, મન, કર્તવ્ય અને સ્વભાવને સ્વસ્થ, સ્વચ્છ તથા સુવિકસિત બનાવી શકે. આ જ વાસ્તવિક પ્રગતિ છે. આના આધારે જ મનુષ્ય ઈચ્છિત સાંસારિક સમૃદ્ધિઓ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. ધન કમાવાની ક્ષમતા, હાથમાં લીધેલા કામની સફળતા, કુશાગ્ર સૂઝબૂઝ, આકર્ષક વ્યક્તિત્વ, પદોન્નતિ, સંબંધિત લોકોનો સ્નેહ સહયોગ આદિ અનેક સિદ્ધિઓ આ જ વિશેષતાને આધારે મળે છે. ચમકદાર વ્યક્તિત્વ જ સાહસિક કદમ ઉઠાવવાની હિમત અને ચમત્કારી ઉપલબ્ધિઓ પ્રાપ્ત કરવા માટે સમર્થ બને છે. પોતાની આ સુખુપ્ત વિશેષતાઓને જાગૃત અને પ્રખર બનાવવી એ પ્રગતિનું મૂળ તથ્ય છે. જેના હાથમાં પારસમણિ આવી ગયો હોય તેને દીન-દુર્બળ જીવન જીવવું પડતું નથી, પરંતુ એક એકથી ચઢિયાતી સફળતાઓ અને સમૃદ્ધિઓને પ્રાપ્ત કરવાનો અવસર નિરંતર મળ્યા કરે છે.

બહારથી જે સમૃદ્ધિઓ અને સફળતાઓ દેખાય છે, તે સ્થિર અને લાભકારક ત્યારે જ થઈ શકે, જ્યારે તેની પાછળ સુવિકસિત વ્યક્તિત્વની શ્રમસાધના જોડાયેલી હોય. જો એમ જ વારસામાં, ભાગ્યવશ, અનાયાસ કે અનૈતિક યુક્તિથી કોઈ સફળતા કે સમૃદ્ધિ મળી હોય, તો લાંબો સમય ટકશે નહીં. તેની સંભાળ રાખવી, રોકવી મુશ્કેલ થઈ પડે. કોઈ પ્રકારે ટકી રહી તો એટલી સમસ્યાઓ અને મૂંઝવણો ઉત્પન્ન કરશે, જેથી એ જ વિચારવું પડશે કે, આના કરતાં તો નિર્ધન કે અસફળ રહેવું સારું હતું. વ્યક્તિત્વનો પરિષ્કાર

જ વસ્તુતઃ અનેક પ્રકારની ભૌતિક અને આત્મિક સમૃદ્ધિઓ ઉત્પન્ન કરવા સમર્થ બને છે અને તેના જ આધારે તેનો સદુપયોગ થાય છે. એ જ સ્થિતિમાં આ વૈભવનો કંઈક ઉપયોગ કે લાભ પણ મળે. અન્યથા અયોગ્ય વ્યક્તિત્વ, અનાયાસ પ્રાપ્ત સમૃદ્ધિથી પોતાનું અને બીજાનું અહિત કરી, શોક, સંતાપ ફેલાવતું દેખાશે. પ્રગતિ શબ્દનો સાચો અર્થ સમજવો હોય તો એમ કહેવું જોઈએ, કે પરિષ્કૃત શરીર અને મનના આધારે સુવિકસિત વ્યક્તિત્વનું નિર્માણ કરવામાં સફળતા પ્રાપ્ત કરી લેવી એ જ સાચી પ્રગતિ છે.

આકાંક્ષાઓ એક નશાબાજી જેવી માનસિક સ્થિતિ જ સમજવી જોઈએ. તે અસીમ હોય છે. પરિસ્થિતિ, યોગ્યતા અને સાધનોનું ધ્યાન ન રાખીને, ઘણા લોકો આકાશપાતાળ પ્રાપ્ત કરવાની અનિયંત્રિત કામનાઓ મનમાં કર્યા કરે છે અને તેને જલદી, ગમે તેવા માર્ગે પૂર્ણ કરવા માટે વ્યાકુળ બને છે. આ લાલસા પૂરી તો થઈ શકતી નથી. વ્યક્તિને ખૂબ ઉદ્વિગ્ન રાખે છે. કામનાની પૂર્તિ માટે યોજનાબદ્ધ તૈયારી કરવી પડે છે અને નિરંતર શ્રમસાધના, ધૈર્ય અને સંતુલિત મનથી ત્યાં સુધી કરવી પડે છે, જ્યાં સુધી તે ઉપલબ્ધિ માટે યોગ્ય સાધન અને અવસર પ્રાપ્ત ન થાય. તેમાં વાર લાગે કે ઘણાં વિઘ્નો આવે ત્યારે કામનાગ્રસ્ત આ સંબંધમાં અતિ ઉતાવળો થઈ જાય અને છલાંગ મારીને ફટાફટ પ્રાપ્ત કરી લેવા માટે ઉતાવળો-બહાવરો બની જાય છે. એવી વ્યક્તિ અસફળ તો રહે જ છે અને ઉતાવળમાં બીજાં એવાં પણ કાર્ય થઈ જાય, જેમને અનિચ્છનીય અને મૂર્ખતાપૂર્ણ કહેવાં પડે અને જેમનું પરિણામ, છેવટે વિભીષિકાના રૂપે સામે આવે. આવી સ્થિતિ સાથે તાલમેલ ન સાધે, તેવી લાલસાને આકાંક્ષા કે કામના કહેવાય છે. તે પ્રગતિશીલતાનું નહીં, છીછરાપણાનું ચિહ્ન છે.

પ્રગતિશીલ અને કામનાગ્રસ્તનો ઉત્સાહ આરંભમાં એક સરખો લાગે, પણ ખરેખર બન્નેની બે દિશાઓ અને પરિણામ વિપરીત જ હોય છે. એવી ભૌતિક લિપ્સાઓ, જે ક્ષમતા વધાર્યા વિના, તેની રાહ જોયા વિના, તુરત જ મનોકામના પૂર્ણ કરવા લાલચુ બને છે,

તેમને આધ્યાત્મિક પરિભાષામાં એષણાઓ કહેવાય છે. એષણાઓમાં મુખ્ય ત્રણ છે (૧) વિર્તેષણા (૨) પુત્રેષણા (૩) લોકેષણા. તેને સરળ ભાષામાં અમીરી, વિષયવાસના અને 'વાહવાહ' કહી શકાય. ઉચિત અને ન્યાયસંગત માર્ગથી ઉચિત માત્રામાં તેમની આવશ્યકતા પણ છે જ, પણ જ્યારે તેમની તરસ એક નશાબાજના ઉન્માદ જેવી સ્થિતિ પેદા કરી દે, ત્યારે ગમે તે માર્ગ અસીમ ઉપલબ્ધિ માટે માનવ વ્યાકુળ-પાગલ થઈ શકે છે. સીધા રસ્તે, દરેક કામ ઉચિત સમયે, ઉચિત પાત્રો દ્વારા, સીમિત માત્રામાં જ પૂર્ણ થાય છે, પણ અધીરાઈમાં આ સાધનોને વધારવાની અને અપનાવવાની સ્થિતિ રહેતી નથી. ઉતાવળમાં અવાસ્તવિક કલ્પનાલોકમાં માણસ વિચરણ કરવા લાગે છે. બાળકો જેવી હાસ્યાસ્પદ યોજનાઓ બનાવે છે અને ખરાબ રીતે છેતરાયા કરે છે, ઠોકર ખાય છે. અનુચિત તથા અનૈતિક માર્ગ અપનાવવામાં તેને ખચકાટ પણ થતો નથી. એષણાઓ પાછળ બહાવરો માનવ મેળવે છે ઓછું, ગુમાવે છે વધુ, તેથી તત્વજ્ઞાનીઓ તેને ખતરનાક અને અનિરચનીય કહે છે.

ઝટપટ અમીર બનવાની લાલચમાં લોકો જુગાર, ચોરી, બેઈમાની, વિશ્વાસઘાત, શોષણ અને છળકપટ આદિ ખરાબમાં ખરાબ અપરાધ કરતા જોવામાં આવે છે. કામવાસનાની ભક્તીમાં જેનું મન ઊકળી રહ્યું છે તેઓને બહેન, ભાણેજ, દીકરી, પૌત્રી - કોઈ દેખાતું નથી. તેઓ સ્વાસ્થ્ય, યશ, ઈમાન ગુમાવે છે અને દરેક જગાએ ખૂની વરુની જેમ વિકૃત દેષ્ટિથી જોયા કરે છે. તેમાં મળવાનું શું છે ? માત્ર ગુમાવવાનું જ છે, પણ વાસનાનો ગુલામ આ બધું જુએ છે ક્યાં ? પહાડ જેટલું જોઈએ છે, પણ તલ જેટલું મળતું નથી. માત્ર બળાપો, અશાંતિ અને ચીડ જ મળે છે. એ જ રીતે સસ્તી વાહવાહના લોભી વિવિધ પ્રકારે ઢોંગ રચે છે. નેતાગીરી માટે મરે છે, પોતાનો ચહેરો લોકોને દેખાડવા અકળાય છે. ઠઠમાઠથી, સજાવટ કરી, શૂંગાર, ફેશન, ઠઠરો કરી લોકો ઉપર મોટાઈ કે આકર્ષણનો રોક જમાવે છે. આ છેતરામણીમાં સમય અને નાણાંની પૂરી બરબાદી થાય છે. મોટી મોટી મિજબાની, વિવાહ-લગ્નની ધામધૂમ આદિમાં આ

જ સસ્તી વાહવાહના ભૂખ્યા લોકો ધનની હોળી કરે છે. લોકો એમને ધર્માત્મા સમજે, તે માટે કેટલાક માણસો તીર્થયાત્રા કરે, વાંદરાને ચણા કે કાચબાને લોટ ખવડાવતા દેખાય છે. દાન કરવાની ઈચ્છા પ્રખ્યાતિના લોભ-લાલચે થાય છે. નામનો પથ્થર જડાવવા, આરસની તખ્તીના લોભે કેટલીય વ્યક્તિ નિરર્થક કામોમાં પૈસા ખર્ચતી જોવા મળે છે. જ્યારે કેટલાંક અતિ ઉપયોગી કામો તરફ આ માટે દૈષ્ટિપાત પણ કરતા નથી, કારણ કે તેમાં તેમની દાનશીલતાનો ઢંઢેરો પીટવાવાળું કોઈ હોતું નથી. ફિલ્મમાં પોતાની તસવીર દેખાડવા અને અવાજ સંભળાવવા માટે કેટલાયે દિશા ભૂલેલા પરિવારોનાં સુશિક્ષિત છોકરા-છોકરીઓ પોતાના શીલ અને ભવિષ્યને બરબાદ કરતાં જોવામાં આવે છે. આ સર્વ લોકેષણા નામની પિશાચિનીની માયાજાળ જ સમજવી જોઈએ કે જેણે પ્રતિભાઓને આદર્શવાદ તરફથી અટકાવીને નિરર્થક મૃગતૃષ્ણામાં લોભાવી અને તેમને છીછરી બાળબુદ્ધિમાં ડુબાડીને બરબાદ કરી દીધી.

ધન, વાસના અને વાહવાહની તીવ્ર આકાંક્ષા થવી અને તેની બેચેનીથી વ્યાકુળ રહેવું તે એવું લાગે છે કે જાણે આ જ પ્રગતિશીલતા અને પુરુષાર્થપરાયણતાનું ચિહ્ન છે, પણ ખરેખર વાત એવી નથી. આ નશાબાજી જેવો માત્ર ઉન્માદ જ છે, જે વાસનાને પૂરી કરવા, ઝટપટ સંતોષવા, ધસડયે જ જાય છે. ભૌતિક મહત્વાકાંક્ષાઓની અનિયંત્રિત આકાંક્ષા, લાલસા, કામના જેટલી તીવ્ર હશે; વ્યક્તિ એટલી જ અધીરી, અવિવેકી, અશાંત, અનૈતિક અને ઉન્મત્ત તથા વ્યાકુળ થતી જશે. આવી મનસ્થિતિમાં તેણે કંઈ પ્રાપ્ત કરી લીધું હશે તો તે એટલું મોંઘુ પડશે, જેટલું અભાવગ્રસ્ત રહેવું પણ કષ્ટકારક ન હતું.

આપણે પ્રગતિશીલ થવું જોઈએ, કામનાગ્રસ્ત નહીં. પ્રતિભા સંવર્ધન માટે ધૈર્ય અને પરિશ્રમપૂર્વક સંતુલિત મગજથી કરેલી સાધના આપણા વ્યક્તિત્વને ચમકાવે છે અને તે જ આંતરિક ઉત્કર્ષના આધારે એવી સમર્થતા પ્રાપ્ત થાય છે, જેને આધારે કોઈ પણ યોગ્ય દિશામાં ભરપૂર અને ચિરસ્થાયી ઉન્નતિ કરવી સુલભ બની જાય.

આપણે ગાંઠ વાળવી જોઈએ કે સદ્ગુણોની સંપત્તિ જ એક એવો આધાર છે, જેના દ્વારા સાંસારિક સફળતાઓ ક્યારેય પણ, ગમે તેટલી વિશાળ માત્રામાં મેળવી શકીએ છીએ. આનંદ વાસનામાં નથી, હસતી-હસાવતી મનોવૃત્તિમાં છે; જે પળે પળે ઉલ્લાસના અવસર ઉત્પન્ન કરી શકે છે. વાહવાહનાં છીછરાં પ્રદર્શનોથી નહીં, પણ મહામાનવોનાં પદચિહ્નો પર ચાલવાનું સાહસ એકત્રિત કરવાથી તે સાચી અને ચિરસ્થાયી શ્રદ્ધા મળે છે; જેનું થોડું પણ અનુકરણ, અનુગમન કરનારા પણ યશસ્વી બની શકે.

## ૮. ભાગ્યવાદ આપણને નપુંસક અને નિર્જીવ બનાવે છે

એક જ ઔષધિ સર્વ રોગ ઉપર કામ નથી કરતી, તેમજ દરેકને ઉપયોગી નથી. તે જ રીતે પરિસ્થિતિઓ પ્રમાણે અનેક સિદ્ધાંતોનો પ્રયોગ કરવામાં આવે છે. વિદ્યાર્થીઓ અને વાનપ્રસ્થો માટે બ્રહ્મચર્ય એક ધર્મ બની રહે છે, પરંતુ પરણેલાં દંપતીઓ માટે સંતાનોત્પાદન હેતુ કામસેવન પણ ધર્મ બની રહે છે. સાધુઓનું સન્માન અને દુષ્ટોને દંડ, પરસ્પર વિરોધી સિદ્ધાંત વિપરીત પરિસ્થિતિઓમાં પ્રયોજાય છે. ભાગ્યવાદનો સિદ્ધાંત પણ એક એવો જ પ્રયોગ છે, જે માત્ર ત્યારે જ પ્રયોજી શકાય, જ્યારે મનુષ્યને પુરુષાર્થ કરવા છતાં યોગ્ય સફળતા ન મળે. અસફળતાથી નિરાશા અને ખીજ ઉત્પન્ન થાય છે અને પોતાની ભૂલ તથા બીજાનો અસહયોગ મળવાના અનેક પ્રસંગો ધ્યાનમાં આવે છે. એવી દશામાં લોકો અસફળતાની હાનિ સાથે ભાવિ સતર્કતા માટે બોધપાઠ તો લેતા નથી, ઊલટાના પોતાની અને બીજા ઉપર ખિજવાય છે, ઉદ્વિગ્ન થઈ જાય છે. આ પરિસ્થિતિઓમાં ભાગ્યવાદની ચર્ચા કરીને ચિત્તને હળવું કરી શકાય છે. આવા સમયે આ યથાર્થ ઔષધિ ગણાય.

પરંતુ આ જ દવા જો કસમયે કામમાં લેવામાં આવે તો પુરુષાર્થને ઠંડો પાડી શકે છે અને વ્યક્તિને અકર્મી બનાવી શકે છે.

આપણા દેશમાં ઘણા સમયથી આવું જ કંઈક ચાલ્યું આવે છે અને આપણે આપણાં કર્તવ્યોથી વિમુખ બની નિર્જીવ, નપુંસક, અન્યમનસ્ક અને નિરાશાગ્રસ્ત થતા આવ્યા છીએ. “જે ભાગ્યમાં લખ્યું હશે, તે મળશે; માંડ્યું મટે નહીં; જેટલું મળવાનું હશે, એટલું જ મળશે” આવી માન્યતાઓ જો મગજમાં ઊંડી જડાઈ જાય, તો માનવને અર્કમા અને નિરાશાવાદી જ બનાવી દેશે. તે એમ જ વિચારતો રહેશે કે, જ્યારે સારો સમય આવશે ત્યારે બધું જ આપોઆપ ઠીક થઈ જશે. જો આપણા ભાગ્યમાં જ નહીં હોય, તો મહેનત કરવાથી કેવી રીતે મળશે ? આવી ભાગ્યવાદી વ્યક્તિ પોતાના પુરુષાર્થ ઉપર વિશ્વાસ કરતી નથી અને કોઈ કામમાં પૂરા ઉત્સાહથી જોડાતી નથી. ફળસ્વરૂપે તેને કોઈ મહત્વપૂર્ણ સફળતા પણ મળતી નથી. આશાની જ્યોતિ જલતી જ ન હોય, તો પ્રગતિપથ ઉપર પ્રકાશ કેવી રીતે ઉત્પન્ન થશે ?

આ વિચારધારા ભારતીય દર્શનથી સર્વથા વિરુદ્ધ છે. આપણે ત્યાં સદા યે પુરુષાર્થ, કર્મ, પ્રયત્ન અને સંઘર્ષને માનવજીવનની અનિવાર્ય આવશ્યકતા રૂપે પ્રતિપાદિત કરવામાં આવે છે. આપણું સમગ્ર અધ્યાત્મ, ઈતિહાસ અને દર્શન આ જ પ્રતિપાદનથી ભરેલાં છે. તો પછી આ ભાગ્યવાદી વિકૃત વિચારણા ક્યાંથી આવી પડી ? તેની શોધ કરતાં સ્પષ્ટ થઈ જાય છે કે, સામન્તવાદી શોષકોએ આપણી અત્યાચારોથી પીડિત જનતાને આ જ રીતે શાંત, સંતુષ્ટ કરવા માટે આ મનોવૈજ્ઞાનિક નશાની ગોળી બનાવી આપી. તેમના ઈશારાથી સાધુ, પંડિત પણ એવી જ રીતના કથા-પ્રસંગ ઘડી કાઢી, પીડિતોના રોષ-પ્રતિરોષને શાંત કરવામાં લાગી ગયા.

નરસંહારી વિદેશી શાસન દ્વારા ઉત્પીડિત જનતા ખૂબ જ ક્ષુબ્ધ અને આવેશગ્રસ્ત હતી. ગમે ત્યારે કલ્પેઆમ, મંદિરોને તોડી પાડવાં, કુંવારી છોકરીઓને બળપૂર્વક લઈ જવી, પરાણે ધર્મ પરિવર્તન કરાવવું- આવી ઘટનાઓ કોનું લોહી ગરમ ન કરે ? કોણ પ્રતિરોધ માટે તૈયાર ન થાય ? પણ આશ્ચર્ય એ વાતનું છે કે મુઠ્ઠીભર અત્યાચારીઓની વિરુદ્ધ, સમુદ્ર જેટલી વિસ્તૃત અને પરમ તેજસ્વી



ભારતીય જનતા પ્રતિરોધની દૈષ્ટિથી કંઈ પણ ન કરી શકી અને આ દુષ્ટતા, પીડા લાંબી અવધિ સુધી યથાવત્ ચાલુ રહી. આ નપુંસકતાની પાછળ આપણી ભાગ્યવાદી દાર્શનિક ભ્રષ્ટતાનો જ મુખ્ય પ્રભાવ હતો જેણે ક્ષોભ, રોષ, પ્રતિરોધ અને સંઘર્ષની વીર પ્રકૃતિને તોડીને ફેંકી દીધી.

કલ્પેઆમ થઈ અને આપણને કહેવામાં આવ્યું - “જેને, જે પ્રકારે, જે દિવસે, જેના હાથે મરવાનું હોય, તે તેવી જ રીતે મરે.” આ વિધાનને કોઈ મિટાવી શકતું નથી તેનું પ્રારબ્ધ એવું જ હતું, જેને કારણે તેને મરવું પડ્યું. મારવાવાળા તો નિમિત્ત માત્ર હતા. તેમની ઉપર રોષ કરવાથી શું લાભ ? છોકરીઓને ઘરમાંથી ઉઠાવીને લઈ ગયા તો કહેવામાં આવ્યું કે જે છોકરીનું અન્નજળ જ્યાં લખ્યું હોય, જેની સાથે મિલાપ લખેલો હોય, જ્યાં દુઃખસુખ ભોગવવાનું લખ્યું હોય, ત્યાં જ તેને રહેવાનું થાય આ વિધિવિધાનની સામે રોષ કરવાથી શું થશે ? મુકીભર વિદેશીઓ ખૂબ લૂંટફાટ તથા જુલમ કરતા રહ્યા અને આપણને કહેવામાં આવ્યું - “ભગવાનની ઈચ્છા વિના એક પાંદડું ય હાલતું નથી. પછી આ અપ્રિય લાગતી ઘટના પણ તેની જ ઈચ્છાથી થઈ રહી છે. તેમનું પુણ્ય ઉદય પામ્યું હશે અને આપણું પાપ ભરાઈ ગયું હશે. એટલે જ ભગવાનનું આ વિધાન ચાલી રહ્યું છે. તેને સહન કરી, ચૂપ બેસી રહેવું જ ઉચિત છે.”

આવી ધારણાઓએ આપણને નપુંસક બનાવી દીધા અને એક હજાર વર્ષો સુધી આપણે વિદેશી શાસકોની પગની એડી તળે ભૂંડે હાલ કચડતા રહ્યા. એટલું જ નહીં, આપણું વ્યક્તિગત પુરુષત્વ, ઉલ્લાસ, ઉત્સાહ અને પરાક્રમ પણ સુષુપ્ત બની ગયાં જ્યારે ગ્રહદશા, ભાગ્યચક્ર, હસ્તરેખા જ અનુકૂળ ન હોય તો પ્રયત્ન કરવાની ઝંઝટ શા માટે કરવી ? જ્યારે સમય બદલાશે, ત્યારે ભાગ્યલક્ષ્મીનો ઉદય થવાથી ઘેર બેઠાં સન્માન વરસવા માંડશે, - આવી માન્યતા રહેવાથી કઠિન, કષ્ટસાધ્ય પરાક્રમ કરવાનું મહત્ત્વ જ ના રહ્યું. આવી દશામાં કોઈ સુધારાત્મક મોટું કામ કયા આધારે શરૂ કરવું ? કોઈ મોટા પરિવર્તન માટે કોણ, શા માટે સાહસ ભેગું કરે ?

શોષક અને દુષ્ટ, દુરાચારીઓ પીડિત લોકોને આ જ આધારે ઠંડા કરતા રહ્યા કે તમારા ભાગ્યમાં કંઈ એવું જ લખ્યું હતું, જેને કારણે દુઃખ, દારિદ્ર જ સહન કરવાં પડે છે. અમે તો નિમિત્ત માત્ર છીએ. અસલી કારણ તો તમારું ભાગ્ય છે. ગાયો કપાતી રહી તો આપણે હત્યારાઓને કયા મુખે કહી શકીએ કે તમારું કૃત્ય અનુચિત છે. ભાગ્ય અને ભગવાનની ઈચ્છા જ જ્યારે એક માત્ર કારણ છે, ત્યારે આ કુકૃત્યને રોકવાની, વિરોધ કરવાની વાત વિચારવી જ બેકાર છે. દરેક પાપ અને અપરાધ કરનારા, પોતાના પક્ષમાં આવી દલીલો કરીને પોતાને નિદોર્ષ સિદ્ધ કરે છે પણ બિચારા એ લોકોને કોણ રોકે ? સંસારના દીનદુઃખી, પીડિત, અપંગ લોકો જ્યારે ભગવાનની ઈચ્છાથી જ આ સ્થિતિમાં પડ્યા છે, વિધાતાનું વિધાન ભોગવી રહ્યા છે, તો તેમની સેવાસહાયતા કરવી વ્યર્થ છે. તેનાથી ભગવાન અને વિધાતા બન્ને નારાજ થશે, કે અમાસ વિધાનમાં કેમ હસ્તક્ષેપ કર્યો ? એવી દશામાં દીન દુઃખીઓની સેવા, સહાયતા કરવી એ પણ અપરાધ બની જાય છે.

કોઈ સમાજના દૈષ્ટિકોણમાં જ્યારે ભ્રષ્ટતા આવી જાય, તો સર્વાંગી સડો પેસી જાય છે. ભાગ્યવાદ આપણી દાર્શનિક ભ્રષ્ટતા છે જેણે આપણી કર્તવ્યનિષ્ઠાને ખરાબ રીતે કચડીને, મસળીને ફેંકી દીધી અને આપણે વિશ્વના મૂર્ધન્યો આજે દુઃખદારિદ્રની હીન પરિસ્થિતિમાં પડીને તરફડિયાં મારીએ છીએ. મોટા મોટા ઝટકા ખાઈને પણ જર્મની અને જાપાન ફરીથી પોતાની પૂર્વ સ્થિતિ ઉપર પહોંચી ગયા, પણ ૪૮ વર્ષ વીતી જવા છતાં પણ આપણી રાજનૈતિક સ્વાધીનતા આપણને પ્રગતિના પંથે આગળ ન વધારી શકી. તેનું એક સૌથી મોટું કારણ આપણી દાર્શનિક પરાધીનતા જ છે. બૌદ્ધિક દૈષ્ટિથી આપણે હજુ પણ ગુલામ છીએ. અંગ્રેજ, મુસલમાન ભલે ચાલ્યા ગયા હોય, પણ આપણા મગજને ભાગ્ય, દેવતા, ગ્રહ, નક્ષત્ર, વિધિવિધાન, ઈશ્વરઈચ્છા, સમય પરિવર્તન આદિ મૂઢ માન્યતાઓની બેડીએ હજુ એવું ને એવું જ જકડી રાખ્યું છે.

ભાગ્યવાદના સિદ્ધાંતનો માત્ર એક જ ઉપયોગ છે, તે એટલો

જ કે જ્યારે મનુષ્ય અસફળ કે હતાશ થઈ જાય, તો થોડી વાર માટે અશાંતિ હળવી થઈ જાય. તેનો એવો જ ઉપયોગ કરાય જેમ તીવ્ર તાવની મસ્તકપીઝમાં “એસ્પ્રો”ની ટીકડી ખાઈને થોડી વાર માટે રાહત મળે છે. તે ઉપરાંત જો કર્તવ્યક્ષેત્રમાં તેનો ઉપયોગ કરવામાં આવશે, તો માત્ર અનર્થ જ ઉત્પન્ન થશે. લોકો પોતાનું કર્તવ્ય અને પુરુષાર્થ ખોઈ બેસશે. આશા અને ઉત્સાહ, સાહસ અને શૌર્ય બધું જ કુંઠિત થઈ જશે. અનીતિ સામે સંઘર્ષ નહીં થઈ શકે; સેવા, સુધારણા માટે કોઈના મનમાં ઉત્કંઠા ઉત્પન્ન નહીં થાય. આવી માન્યતાઓમાં ફસાઈને આપણે યુગયુગાંતરો સુધી લાચાર પરિસ્થિતિમાં જ નિર્જીવ અને જડ બનીને પડ્યા રહીશું. તે માટે જરૂરી છે કે આ બૌદ્ધિક દાસત્વના ભ્રષ્ટ સિદ્ધાંતને ઠોકર મારીએ, જેને શોષકોએ આપણા રોધના પ્રત્યાઘાતથી બચવા માટે ઘડ્યો છે અને ફેલાવ્યો છે. કાલનું કર્મ જ આજનું ભાગ્ય બની શકે છે. કાલનું દૂધ, આજે દહીં કહેવાય છે. તેથી ભાગ્ય જેવું કંઈ હોય, તો માત્ર આપણી કર્મઠતાની પ્રતિક્રિયા, પ્રતિધ્વનિ જ છે. તેથી આપણે ભાગ્ય તરફ ન જોતાં, કર્મનિષ્ઠને જ પ્રાધાન્ય આપવું જોઈએ.

## ૯. બૌદ્ધિક પરાવલંબન દૂર કરો

ગ્રહનક્ષત્રો આસમાનમાં રહે છે. તે પંચભૌતિક અણુપરમાણુઓના બનેલા માત્ર પિંડ છે. જેમકે ચંદ્ર ઉપર પદાર્પણ કરીને; મંગલ, શુક્ર આદિની વૈજ્ઞાનિક જાણકારી પ્રાપ્ત કરીને શોધ કરવામાં આવી છે. ત્યાં નથી દેવતા રહેતા કે નથી પ્રાણી રહેતાં. જો રહેતાં હોય, તો કંઈક પ્રભાવ પાડતાં હોત, તે પણ સમસ્ત પૃથ્વી યા તેના કોઈ એકાદ ભાગ ઉપર જ પ્રભાવ પાડે. એ કોઈ રીતે શક્ય નથી, કે આ નિર્જીવ પિંડ અલગ અલગ વ્યક્તિઓ ઉપર, જુદો જુદો પ્રભાવ પાડે. ભારતીય જ્યોતિષશાસ્ત્ર ખગોળ વિદ્યાનું મહત્ત્વપૂર્ણ અંગ છે. તેમાં નક્ષત્રોની ગતિવિધિઓનું વિશાળ જ્ઞાન સમાયેલું છે. આ વિદ્યા અતિ મહત્ત્વપૂર્ણ છે, પણ છેલ્લાં બે હજાર વર્ષથી તો આ વિજ્ઞાનમાં ફળ જ્યોતિષની એક નવી શાખા રચીને ભ્રમ અને

અજ્ઞાનપૂર્ણ માહિતી ફેલાવવાનું, એક ઘૃષિત કાર્ય કરવાનું સાધન બનાવી લીધું છે. ગણિત જ્યોતિષ ઋષિઓની ભેટ છે. તેમાં વૈજ્ઞાનિક તથ્યોનો સમાવેશ છે, પણ ફળ જ્યોતિષ તો, એમ જ, અટકળ-કલ્પિત છે. લોકોને અશુભ ગ્રહદેશાના ભયથી ડરાવવા અને ડરેલા લોકો પાસેથી ગ્રહ દેવતાની પૂજાપાઠના નામે કંઈક પડાવી લેવું: એ જ માત્ર એક નવી ઘડેલી કપોલકલ્પિત પદ્ધતિનો આધાર છે. ભૂતકાળમાં વ્યવસાયી લોકોએ ભોળી જનતાની ધર્મશ્રદ્ધાનું અનુચિત શોષણ કરવા માટે આ જાળજંજાળ રચી અને અસંખ્ય વ્યક્તિ આ માન્યતાનો શિકાર થઈને અકારણ દુઃખી થાય છે અને પોતાનું ભારે અહિત કરે છે.

વિવાહ-લગ્ન માટે જન્મપત્રિકા મેળવવાની પ્રથાથી અસંખ્ય સુયોગ્ય જોડાં મિલનથી વંચિત રહી જાય છે. છોકરા-છોકરી સુયોગ્ય છે, સંબંધીઓ સંમત છે, પણ પંડિતજીએ કુંડલી જોઈને કહ્યું છે કે ગ્રહો મળતા નથી. બસ, સર્વ આધાર નષ્ટ થઈ ગયો. મન નથી માનતું, વિવાહનું જોડણ કંઈ જામતું નથી, પણ જો પંડિતજી બતાવે કે વિધિ-વર્ગ, ગ્રહો મળી જાય છે, તો બસ, સ્વીકૃતિ મળી ગઈ. પરિણામોની શોધ કરવામાં આવે તો માલૂમ પડશે કે નાડી-વર્ગની સંગતિ મેળવીને જે વિવાહ કરવામાં આવ્યા હતા, તેમાંથી કેટલા સફળ રહ્યા ? પરિણામ ઊલટું જ મળશે, કારણ કે વિધિ-વર્ગની માન્યતામાં ફસાઈને જે લોકો અન્ય વાતોની ઉપયોગિતા- અનુપયોગિતાની પરવા કરતા નથી, તેઓ ખોટમાં રહે છે, રહેવા જ જોઈએ.

કન્યા મંગળવાળી છે. મુરતિયો મંગળદોષી છે. બસ, એટલાથી જ વિવાહ અસંભવ નહીં, તો ય મુશ્કેલ તો થઈ જ જાય છે. સુયોગ્ય સંતાનો, જે સુયોગ્ય સાથી મેળવવાનાં અધિકારી હતાં, તેઓ આ મૂઠ માન્યતાનો શિકાર થઈ ગયાં કે તેની કુંડળીમાં મંગળ દોષ છે ! તેઓને સુયોગ્ય સાથીની પસંદગીથી વંચિત રહેવું પડ્યું, કોઈ 'મંગળ' વાળાનો મેળ થાય, ત્યારે કામ બને. સંશોધન કરી નિરાશ થયેલા ઉમેદવાર માટે વડીલો જ્યાં પણ મંગળદોષનો મેળ કરી તુક્કો બેસાડી દે, પછી વિવાહની બલા ટળે છે, પણ આવાં સંતાનો

જીવનભર રોતાં-કકળતાં રહે છે.

હવે, જોવાનું એ છે કે આ વાતમાં કંઈ તથ્ય હોઈ શકે ખરું કે કરોડો માઈલ દૂર રહેતાં ગ્રહનક્ષત્રો પૃથ્વી નિવાસી કોઈ વ્યક્તિવિશેષને માત્ર પ્રભાવિત જ ન કરે, પણ તેઓનાં વિવાહ-લગ્ન જેવી આવશ્યકતાઓમાં હસ્તક્ષેપ પણ કરે. વિવેક એમ કહે છે કે 'આ સર્વથા અસંભવ છે' એક તો ગ્રહનક્ષત્રો ઉપર જીવન જ સંભવ નથી. વિજ્ઞાન તેને નિર્જીવ પિંડ માત્ર સિદ્ધ કરે છે. જો તેઓ સજીવ હોય, તો દરેક વ્યક્તિ પ્રત્યે વારંવાર બદલાતી નીતિ-રીતિનું શું કારણ હોય ? તેનો આધાર નથી મળતો. હિન્દુ સમાજનો એક બહુ નાનો વર્ગ ફલિત જ્યોતિષમાં વિશ્વાસ રાખે છે. આ દેશના નિવાસીઓમાં પણ અધિકાંશ લોકોની માન્યતા અલગ અલગ રીતની છે. અન્ય દેશોની તો વાત જ શું કરવી ? ત્યાં આ પ્રકારની કોઈ માન્યતા જ નથી. તો શું તેઓને ગ્રહનક્ષત્રોનો કોય સહન નહીં કરવો પડતો હોય ?

છેલ્લાં બે હજાર વર્ષથી આપણે બૌદ્ધિક ગુલામીના ખરાબ રીતે શિકાર થયા છીએ. સ્વતંત્ર ચિંતન અને વિવેકશીલતાને આપણે ત્યજી દીધી. ફળસ્વરૂપે આપણે દરેક ક્ષેત્રમાં પરાવલંબી થતા ગયા. એક હજાર વર્ષોની રાજનૈતિક પરાધીનતા આ બૌદ્ધિક ગુલામીની જ પ્રતિક્રિયા હતી. જે માનસિક દૃષ્ટિથી પરાવલંબી થઈ જાય છે, તેઓને વ્યાવહારિક જીવનમાં પણ કોઈના ગુલામ બનીને જ જીવવું પડે છે. વિદેશીઓ અને વિદ્યાર્થીઓના પગ તળે આપણે એક હજાર વર્ષ, એટલા માટે દબાયેલા રહ્યા કે સ્વતંત્ર ચિંતન અને વિવેકપૂર્ણ દિશાસૂઝની પ્રવૃત્તિ ખોઈ બેઠા. જે કંઈ થયું, જે થવાનું છે, તે દેવતાઓની, ભાગ્યની, નક્ષત્રોની કૃપાથી થશે. આપણી સ્વતંત્ર ચેતના તો નિરર્થક છે. આ પ્રકારની માન્યતા આપણી સૌથી મોટી દુર્બળતા છે. આ દુર્બળતાનું ફૂલ ઉદાહરણ ફલિત જ્યોતિષના રૂપમાં જોવામાં આવે છે. જન્મકુંડલીમાં જ આપણું સમગ્ર ભૂતભવિષ્ય લખ્યું છે. આ માન્યતા આપણા પુરુષાર્થને નિરર્થક સિદ્ધ કરે છે. જે થવાનું છે, તે જન્મકુંડલીમાં જ લખ્યું છે. આપણે તેની જ આંગળીને ઈશારે નાચવાનું છે. આ માન્યતા સ્વતંત્ર ચિંતન અને પુરુષાર્થપૂર્ણ કર્તવ્યનાં

બધાં જ દ્વાર બંધ કરી દે છે. મનુષ્ય બૌદ્ધિક દૃષ્ટિથી પરાધીન અને ભાગ્યવાદી બનીને કોઈ અજ્ઞાત સંકેત અને સહયોગ-અસહયોગ વડે બંધાયેલી પતંગની જેમ પોતાને માનવા લાગે છે. જીવનના પ્રગતિપથ ઉપર આ સ્થિતિ સૌથી મોટી અડચણ અને વિપત્તિ છે. તેણે આપણા વિવેક અને કર્તવ્યને જેટલી ક્ષતિ પહોંચાડી છે, એટલી કોઈ ભ્રાંતિને કારણે પહોંચી નથી. આપણું ભવિષ્ય નિર્ધારિત અને વિશ્વસ્ત છે - આ મૂઢ માન્યતા પર જે વિશ્વાસ કરશે તે પરાક્રમી નહીં બની શકે અને પોતાની પ્રતિભાને જાગૃત કરવા આવશ્યક ઉત્સાહ પણ ઉત્પન્ન કરી શકતો નથી. કળ જ્યોતિષ એક રીતે આપણને ભાગ્યવાદી, પરાવલંબી અને નપુંસક બનાવી દે છે. આ આપણા આધ્યાત્મિક જીવનની મોટી વિપત્તિ જ કહી શકાય. જેણે આ જંજાળનું સર્જન કર્યું છે, તેમણે માનવસમાજનું કેટલું અહિત કરી નાંખ્યું છે એનું અનુમાન બિચારા કેવી રીતે લગાવી શકે ?

જન્મકુંડળી બનાવવી અને કોઈને દેખાડવી તેનો સીધો અર્થ એ છે કે પોતાની ઉપર નકામી ચિંતા, ભય, અશાંતિનો પડદો-આવરણ ઊભું કરવું. નવ ગ્રહોમાંથી ક્યારેય કોઈ ગ્રહ પ્રતિકૂળ ન હોય એવું બની શકે જ નહીં. જ્યોતિષી આ વાત કહીને ડરાવી દેશે અને પોતાને પૂજાપાઠ, ગ્રહશાંતિના નામે કંઈક ચાટવા મળે એવો જ પ્રયત્ન કરશે. ભય પામેલો માણસ કંઈક આપે છે પણ ખરો અને જ્યોતિષીનું પેટ ભરાયા કરે છે. પણ પોતાની ઉપર જે આશંકા અને ભય સવાર થઈ ગયાં, તે હર ઘડી લોહી સૂકવતાં રહે છે અને માનસિક શાંતિને નષ્ટ કરી નાંખે છે. ગ્રહોને શાંત કે અશાંત કરવા એ જ્યોતિષીના હાથમાં હોત, તો તે ઉનાળામાં સૂર્યને જરૂર શાંત કરી દેત, જેથી પૃથ્વી ઉપર સુંદર ઋતુ બની જાય ! ચંદ્રના આકર્ષણને જરૂર શાંત કરી દેત, જેથી સમુદ્રમાં ભરતીઓટ ન આવે અને વહાણ કે હોડીમાં આવ-જા કરવી સરળ બની જાત. જે એટલું કામ નથી કરી શકતો, તેની પાસે એવી આશા કેમ રાખી શકાય, કે ગ્રહોની ગતિવિધિઓ તેની મુઠ્ઠીમાં છે !

શુકન, મુહૂર્ત આપણી ગતિવિધિઓને ડગલે ને પગલે રોકે છે.

હમણાં કોઈ જરૂરી કામ કરવું છે, મુહૂર્ત ન નીકળ્યું તો તેને રોકવું જ પડશે.

સોમનાથ મંદિર ઉપર મહંમદ ગઝનવીએ આક્રમણ કર્યું, તેનો પ્રતિકાર કરવાનું મુહૂર્ત ન મળ્યું ! ફળ સ્વરૂપે લડ્યા વિના જ એ વિશાળ સંપત્તિ ઉપર આક્રમણકારોનો અધિકાર થઈ ગયો ! એવી દુર્ભાગ્યપૂર્ણ દુર્ઘટનાઓ વારંવાર બન્યા કરે છે અને હર ક્ષણ મૂલ્યવાન છે આ તથ્ય ભૂલીને આપણે કોઈ સારા મુહૂર્તની રાહમાં જ સમય વીતાવીએ છીએ.

બિલાડી આડી ઊતરવી, કૂતરો કાન પટપટાવે, પનઘટ તરફ જતો ખાલી ઘડો, કોઈ શરદી વાળાની છોક આપણા ઉત્સાહને નષ્ટ કરવા માટે પૂરતાં છે ! અપશુકન થયા, તો દિલ ઘડકવા લાગ્યું, હિંમત અડધી થઈ ગઈ. આવી દશામાં અગર ગભરાયેલી વ્યક્તિ અસફળતા મેળવે, તો તેમાં આશ્ચર્ય શું છે ?

કોઈ નવી વસ્તુ, પશુ કે વ્યક્તિ ઘરમાં આવ્યું તો જોઈએ છીએ કે તે શુભ છે કે અશુભ ? સંયોગવશાત્ કોઈ હાનિકારક પ્રસંગ બની ગયો, તો દોષ બિચારા એ નવા આવનારને દઈએ છીએ. નવી વહુ ઘરમાં આવી, તે જ દિવસે સંજોગવશાત્ ભેંસ મરી ગઈ, તો બધો જ દોષ નવી વહુનો તે અભાગણી છે. તેવી રીતે કોઈ અયોગ્યનો સંયોગ શુભ સિદ્ધ થાય, તો પછી તેની ઉપર ધીના ઘડા ઢોળીએ. લાખો વિધવાઓ અભાગણી, અપરાધિની ની જેમ એટલા માટે જ માં છુપાવતી ફરે છે કે તેનો પતિ મરી ગયો છે, મૃત્યુનું કારણ તેનું અશુભ ભાગ્ય માનવામાં આવ્યું.

અશુભ ભવિષ્યવાણીઓના આધાર ઉપર, લોકો પોતાના ઉજ્જવળ ભવિષ્યની આશા છોડી દે છે. હસ્તરેખાઓ કે ચહેરા ઉપર કોઈ ચિહ્ન જોઈને જેને ભાગ્યહીન ઘોષિત કરવામાં આવે, તે બિચારાની મનોભૂમિ એક રીતે કચડી જ નંખાય છે. તેને પ્રગતિના પંથે આગળ વધવાનો ઉત્સાહ ક્યાંથી પ્રાપ્ત થશે ? ભ્રાંતિઓની જંજાળમાંથી આપણે નીકળીએ અને આ બૌદ્ધિક પરાવલંબનની બેડીઓ તોડી નાંખીએ એ જ આપણા માટે, ઉચિત અને યોગ્ય છે.

## ૧૦. જ્ઞાનયોગ, કર્મયોગ, ભક્તિયોગની મહાન

### સાધના

આત્મા અને પરમાત્માને જોડનારી પ્રક્રિયાનું નામ યોગ છે. યોગાભ્યાસ, યોગસાધના કરીને શ્રેયાર્થી પૂર્ણતાનું લક્ષ્ય પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયત્ન કરી શકે છે. યોગાભ્યાસના બે માર્ગ છે એક ભૌતિક, બીજો આત્મિક. ભૌતિકમાં શરીરની ક્રિયાઓ કરવી પડે, આત્મિકમાં મન અને ચેતનાને પરિષ્કૃત કરવામાં આવે છે. શરીર ભૌતિક પદાર્થોનું બન્યું છે અને તેમાં ભૌતિક શક્તિઓ ભરેલી છે. અંતઃકરણ ચેતનાતત્ત્વથી બનેલું છે. તેથી ત્યાં સૂક્ષ્મ અને દિવ્યશક્તિઓનો નિવાસ છે. શરીર દ્વારા કરેલા યોગાભ્યાસથી ભૌતિક ઉત્કર્ષનો લાભ મળે છે અને માનસિક સાધનાઓ દ્વારા આત્મબળ વધે અને આત્મતત્ત્વના વિકાસનો માર્ગ ખૂલે છે. શરીરક્ષેત્ર કરતાં આત્મિકક્ષેત્રની સમર્થતા અને સંભાવના તથા સામર્થ્ય અધિક છે. તેથી તત્ત્વજ્ઞાનીઓ જનસાધારણ માટે માનસિક સાધનાઓનો નિર્દેશ વિશેષ રૂપે આપે છે અને વિશિષ્ટ વ્યક્તિઓના શરીરગત અભ્યાસોની વાત કહેતા રહે છે.

શરીરગત અભ્યાસમાં આસન, પ્રાણાયામ, નેતિ, ધોતિ, બસ્તિ, વજ્રોલી, કપાલભાતિ, મુદ્રા, બંધ, વ્રત, યાત્રા, સ્નાન, કીર્તન જેવાં સાધન બતાવ્યાં છે. આ સર્વ કાર્યો શરીરને કરવાં પડે છે. તેથી તેનાં પરિણામો પણ લગભગ ભૌતિક સ્તરનાં હોય છે. માનસિક સાધનાઓમાં ધ્યાન, ધારણા, પ્રત્યાહાર, સમાધિ જેવા પ્રસંગ આવે છે. શરીરગત યોગાસન ૮૪ પ્રકારનાં પ્રખ્યાત છે. ક્રિયાઓ પણ એવી જ કરવી પડે છે, જે કષ્ટસાધ્ય હોય છે અને ભૂલ થવાથી ઊલટી હાનિકારક બની શકે છે. માનસિક સાધનાઓમાં એવી મુશ્કેલી નથી. તેથી તે જનસાધારણ માટે સુલભ છે. તે કોઈની સહાયતા વિના પણ કરી શકાય છે. માનસિક યોગસાધનામાં ત્રણ જ મુખ્ય છે (૧) જ્ઞાનયોગ, (૨) કર્મયોગ, (૩) ભક્તિયોગ. તેને બાળકો, વૃદ્ધો, નર-નારી, રોગી-નીરોગી, શિક્ષિત-અશિક્ષિત કોઈ પણ સ્થિતિમાં રહીને,



કોઈ મુશ્કેલી વગર કરી શકાય છે અને આત્માને પરમાત્મા સાથે જોડવાનું યોગલક્ષ્ય પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

જ્ઞાનયોગનું પ્રયોજન છે - જીવનનું સ્વરૂપ, પ્રયોજન અને લક્ષ્ય અને તેના સદુપયોગની રૂપરેખા સારી રીતે હૃદયંગમ કરવી અને અંતઃકરણમાં એટલા ઉત્સાહ અને સાહસ ઉત્પન્ન કરવાં કે આત્મકલ્યાણના ઉદ્દેશ્યથી પોતાની વિચારણા અને કાર્યપદ્ધતિના નિર્માણમાં જોડાઈ જઈએ. આ માટે વારંવાર આપણે આત્મચિંતન કરવું જોઈએ અને આપણી વર્તમાન સ્થિતિ ઉપર વિચાર કરવો જોઈએ. એ પણ વિચારવું જોઈએ કે બોલવું, વિચારવું, ભણવું, ઉપાર્જન, ગૃહસ્થી, શિક્ષણ, ચિકિત્સા, વાહન મનોરંજન આદિની સુવિધા જે કોઈ પણ પ્રાણીને નથી મળી, તે કેવળ મનુષ્યને જ ભગવાને શા માટે આપી ? જો અકારણ આપી હોય તો, તે પક્ષપાતી કહેવાય અને સમસ્ત જીવજંતુ જગત પરમાત્માને ફરિયાદ કરત, કે માત્ર મનુષ્યને જ આ લાભો શા માટે આપ્યા છે ? આ પ્રશ્નનો ઉત્તર એક જ છે, કે પરમાત્માએ મનુષ્યને પોતાના પ્રતિનિધિ અને સહયોગી રૂપે એટલા માટે બનાવ્યો છે, કે તેના સંસારને અધિક સુંદર, સુવ્યવસ્થિત, સુગંધિત અને સમુન્નત બનાવવામાં તેને મદદ કરે. જો તેને વિશેષ સુવિધાઓ મળી છે, તો તે આ મહાન ઉદ્દેશ્યને પૂર્ણ કરવાનાં સાધન માત્ર છે. તેમનો તૃષ્ણા કે વાસનાની પૂર્તિમાં જ નહીં, પણ નિર્વાહ માત્ર માટે આવશ્યક ઓછામાં ઓછો ઉપભોગ કરીને પોતાનાં ભૌતિક અને આત્મિક સાધનોને, વિરાટ બ્રહ્મ માટે, વિશ્વમાનવને માટે નિયોજિત કરવાં જોઈએ. આ સત્ય જેટલું સ્પષ્ટ થવા માંડે અને અંતઃકરણ આ પ્રયોજનમાં રસ લેવા માંડે, ત્યારે સમજવું જોઈએ કે આત્મબોધ પ્રાપ્ત થયો. અજ્ઞાનનું આવરણ દૂર થયું. માયાનું બંધન કપાયું અને મનના પ્રભાવનો આલોક અંતઃકરણમાં ફેલાયો. જ્ઞાનનો ઉદ્દેશ્ય આ જ વિચારણાને એટલા સ્તરે જાણવાનો છે, કે તેની પૂર્તિ માટે અંતઃકરણ બેચેન બની જાય.

જ્ઞાનયોગનો પ્રકાશ જ્યારે અંતઃકરણમાં જાય છે, ત્યારે વ્યક્તિને

એ ભાન થાય છે કે તેણે પેટ-પ્રજનનની વાસના-તૃષ્ણા જેવાં પશુપ્રયોજનો માટે માનવજીવન જેવી બહુમૂલ્ય વિભૂતિને નષ્ટ ન કરવી જોઈએ, પણ પોતાની આંતરિક અને બાહ્ય ગતિવિધિઓનું નિર્ધારણ એવી રીતે કરવું જોઈએ, જેનાથી ઈશ્વરની ઈચ્છાને પૂર્ણ કરવા અને ઉપલબ્ધિઓને યોગ્ય ઉદ્દેશ્યમાં લગાવી દેવા માટે સુયોગ ઊભો થાય. આ વિચારણાને ચિંતન, મનન, સ્વાધ્યાય તથા સત્સંગ દ્વારા વધુ સક્રિય બનાવીએ એ જ જ્ઞાનયોગ.

જ્ઞાનયોગનું વ્યાવહારિક રૂપ, આગલું કદમ, કર્મયોગ છે. કર્તવ્યની દૈષ્ટિથી, આદર્શ અને ઉદ્દેશ માટે, પ્રત્યેક કાર્ય કરવા માટે પોતે મનોયોગથી જોડાઈ જવું તેને કર્મયોગ કહે છે. લોભ અને મોહ, તૃષ્ણા અને અહંકારની પૂર્તિ માટે આપણે ન જીવીએ, પણ તેની પાછળ એવી ભાવના કામ કરે કે આપણે આપણાં માનવીય કર્તવ્યોમાં, કોઈ પણ કારણે રતી જેટલો ફેર નહીં પડવા દઈએ. બીજા લોકો આપણી સાથે અનુચિત વ્યવહાર કરે, તો તેના સમાધાન માટે બીજા ઉચિત ઉપાય શોધવામાં આવે, પણ એમ ન વિચારવું કે આપણે પણ તેવા જ સ્તરે નીચે ઊતરીએ અને અનિચ્છનીય અને અનુચિત કાર્ય કરવા લાગીએ. આપણાં સમગ્ર કાર્યા આદર્શવાદિતા અને શ્રેષ્ઠતાથી ભરેલાં જ હોવાં જોઈએ. આ સંબંધમાં આપણો આત્મા એવો સુદૃઢ હોવો જોઈએ કે સમસ્ત સંસારના દુર્વ્યવહાર ભેગા થઈને પણ તેને વિચલિત ન કરી શકે.

અધિકારમાં કમી આવતી હોય, તો ભલે આવે, પણ કર્તવ્યપાલનમાં ફેર ન પડવો જોઈએ. જીવન સાદગીભર્યું જીવીએ, જેથી ઉચ્ચ વિચારોને કાર્યાન્વિત કરવાનું સંભવિત બને. જે જેટલું મોંઘું, જેટલું આડંબરી અને જેટલું મહત્વાકાંક્ષી જીવન જીવશે, તેઓની જરૂરિયાતો એટલી જ વધશે અને તેના દાવાનળમાં જ તેમની શુભકામનાઓ સમાપ્ત થઈ જશે.

જીવન-ઉદ્દેશ્યની પૂર્તિ માટે ન સમય વધશે, નહીં શ્રમ બચે; નહીં મન, કે નહીં ધન બચે. આ માટે શ્રેષ્ઠ જીવન જીવવાવાળાએ સાદગી પસંદ કરવી જોઈએ. પોતાનાં સાધન મહત્વાકાંક્ષાઓની

સંપન્નતાની લાયમાં નહીં, પણ ગુણ, કર્મ તથા સ્વભાવને પરિષ્કૃત કરી શકે તેવી સત્પ્રવૃત્તિઓમાં નિયોજિત કરવાં જોઈએ. નરથી નારાયણ, પુરુષથી પુરુષોત્તમ, આત્માથી પરમાત્મા, પશુથી દેવતા, ક્ષુદ્રથી મહાન થવાની મહત્વાકાંક્ષાઓ જ શ્રેયસ્કર છે. દૂરદર્શી લોકો, દોલત જમા કરવા, પૂજાવા માટે અને વાસનાની આગમાં બળી મરવા માટે નથી જીવતા, પરંતુ તેઓ એવાં અનુકરણીય પદચિહ્ન છોડી જાય છે, જેની ઉપર ચાલીને અસંખ્ય મનુષ્યો મહાનતાની દિશામાં આગળ વધી શકે. એવું આદર્શ જીવન બનાવવું એ જ કર્મયોગની સાધના છે.

ભક્તિનો અર્થ છે પ્યાર. ભક્તિયોગનો અર્થ છે પ્યારનો વિકાસ. ઈશ્વર સાથે પ્રેમ કરવાનો, પરમાત્માની ભક્તિ કરવાનો ઉદ્દેશ્ય છે આ વિરાટ બ્રહ્મની, વિશ્વ માનવની સાથે પ્રેમ કરવો. આ સમસ્ત સંસાર જ ઈશ્વરનું વિરાટ રૂપ છે. બધામાં બિરાજતા આત્માનું સમ્મિલિત રૂપ જ પરમાત્મા છે. સમષ્ટિ સમાજ અને વિશ્વચેતનાના રૂપમાં આપણે ઈશ્વરનાં પ્રત્યક્ષ દર્શન કરી શકીએ છીએ. અર્જુન અને યશોદાને દિવ્યચક્ષુ આપીને ભગવાને પોતાનું વાસ્તવિક વિરાટ રૂપ આ પ્રકારે દેખાડ્યું હતું. આપણાં દિવ્યચક્ષુ ખૂલી જાય તો સમસ્ત સંસારમાં ઈશ્વરનું રૂપ દેખાશે અને તેની સાથે આત્મીયતા, સદ્ભાવના, સેવા તથા ઉદારતાનો પ્યારભર્યો વ્યવહાર કરવા માટે જીવ તડપવા માંડશે. “વસુદૈવ કુટુંબકમ્”ની ભાવના જાગશે. જે રીતે પોતાના પરિવારના સભ્યોને સમુન્નત બનાવવાની વાત યાદ રહે છે, એ જ રીતે સમસ્ત વિશ્વને સુખી સમુન્નત બનાવવા માટે પોતાની જાતને જોડી દેવાશે. તે માટે ખપી જવાની ભાવના, આકાંક્ષા પ્રબળ બનશે ત્યારે લોકમંગળ માટે ઘણું કષ્ટ, શ્રમ, પ્રયત્ન અને ત્યાગ કરી છૂટવો એ જીવનની પ્રથમ આવશ્યકતા પ્રતીત થશે અને આ ઉદ્દેશ્યને માટે નિરંતર કટિબદ્ધ રહેવું તે દૈનિક જીવનનું એક અભિન્ન અંગ બની જશે. આ જ ભક્તિયોગનું વાસ્તવિક સ્વરૂપ છે.

જ્ઞાનયોગ, કર્મયોગ, ભક્તિયોગની જીવનસાધના વસ્તુતઃ અતિ ઉચ્ચ કોટિનો સર્વસુલભ યોગાભ્યાસ છે. આ ત્રિવિધ યોગની

વિચારણા અને કાર્યપદ્ધતિ જો આપણા વ્યાવહારિક જીવનક્રમમાં હળીમળી જાય તો નિઃસંદેહ આત્માને પરમાત્મા સાથે જોડી દેવાનું, અપૂર્ણતાને પૂર્ણતામાં પરિવર્તિત કરી દેવાનું જીવનલક્ષ્ય સહજ રીતે જ પૂર્ણ થઈ શકે છે.

## ૧૧. આધ્યાત્મિક જીવનનાં પાંચ ચરણ

અધ્યાત્મવાદી ઉજ્જવળ અને શ્રેષ્ઠ જીવનની ગતિવિધિઓ સામાન્ય નરપશુઓની જેમ પેટ-પ્રજનન, વાસના-તૃષ્ણા ઉપર આધારિત નથી હોતી, પરંતુ ઉચ્ચ આદર્શવાદિતા જ તેઓની આકાંક્ષાઓ અને પ્રેરણાઓની જનની હોય છે. અધ્યાત્મવાદી તે છે, જે આત્મા અને શરીરને એક નહીં, બે માને છે. બન્નેમાં એકને અધિપતિ અને બીજાને સાધન સમજે છે. આ અંતર જેની દૃષ્ટિમાં સ્પષ્ટ થઈ ગયું, તે કાયાનાં સુખ-સુવિધાઓ, ઈન્દ્રિયોની લિપ્સા અને ખોટી વાહવાહ, શાન તથા શેખીને મહત્ત્વ ન આપતાં એ વાતને મહત્ત્વ આપે છે કે આત્મકલ્યાણ અને આત્મવિકાસ જેવા મહાન પ્રયોજન માટે લાખો વર્ષો પછી મળેલા આ અમૂલ્ય માનવજીવનનો શ્રેષ્ઠતમ સદુપયોગ કેવી રીતે કરીએ ? આ જ ધરીની આસપાસ તેની આકાંક્ષા, અભિલાષા, વિચારણા ધૂમે છે અને આ જ પ્રયોજન માટે તેની ક્રિયાપદ્ધતિ અને નીતિ-રીતિનું નિર્ધારણ થાય છે. આ લક્ષ્યની પૂર્તિને માટે જો શારીરિક સુવિધાઓ, ભૌતિક સમૃદ્ધિઓમાં કમી રહે, તો તેને સ્તીભાર પણ રંજ થતો નથી. કેમકે, તે જાણે છે કે શરીર એક સાધન માત્ર છે. શરીરની સુવિધાઓ ઘટે છે, ત્યારે આત્માના ઉત્કર્ષનું દ્વાર ખૂલે છે. તેનાથી હાનિ ઓછી અને લાભ વધારે મળે છે. આ માન્યતાથી પ્રેરિત જીવનને અધ્યાત્મવાદી અથવા દેવજીવન કહી શકીએ છીએ.

તેનાથી વિપરીત ભૌતિકવાદી પશુજીવન તે છે, જેમાં સર્વ આકાંક્ષાઓ શારીરિક સુવિધાઓ અને પાર્થિવ ઉપલબ્ધિઓ માટે નિયોજિત રહે છે. આપણી પાસે પૈસા સૌથી વધુ હોય, એશઆરામનાં સાધનો અધિક વધે, ઈન્દ્રિય ભોગોની પૂરી છૂટ હોય,

મોજશોખ-મનોરંજનનાં સાધનોની કમી ન રહે, લોકો ઉપર રોક પાડી શકાય અને તેઓ વાહવાહનો વરસાદ વરસાવે, બસ, એટલી જ લાલસા જેની છે, તેઓ આવી રીતના જ તાણાવાણા વણે છે. સમગ્ર સમય, સમગ્ર શ્રમ, સમગ્ર ક્ષમતા, સમગ્ર યોગ્યતા આ જ ગોરખધંધામાં સમાપ્ત થઈ જાય છે. આત્મકલ્યાણની વાત તો ત્યારે યાદ આવે, જ્યારે આત્મા નામનું કોઈ અલગ તત્ત્વ કે તથ્ય તેમની સામે આવે. આવા લોકો માટે શરીર જ આત્મા છે અને તે જ પરમાત્મા છે, તે જ સર્વસ્વ છે. શરીર અને આત્માનો સ્વાર્થ ભિન્ન ભિન્ન છે અને સામાન્ય રીતે એકબીજા સાથે ટકરાય છે. જે આ રહસ્યને નથી સમજતો, તેને એવું વિચારવાની કુરસદ ક્યાં છે કે આત્માની આવશ્યકતાઓનું હનન કરીને શરીરની સુવિધાઓ વધાર્યા કરવામાં બુદ્ધિમાની નથી. થોડા દિવસની જિંદગીમાં શરીરને ક્ષણિક સુખ દેવાના પ્રલોભનમાં જે જીવનલક્ષ્ય અને આત્મકલ્યાણનો ઉદ્દેશ્ય ખોઈ બેસે, તેને દુનિયાદારીની દૈષ્ટિએ તો બુદ્ધિમાન નહીં કહેવાય, પણ જન્મ જન્માંતરોનું ભવિષ્ય, આટલા ખાતર, અન્ધકારમય બનાવી લેવાની દૈષ્ટિએ તો મહામૂર્ખથી વધુ કંઈ કહી ન શકાય.

અધ્યાત્મવાદી જીવન મનુષ્યને ગૌરવની દૈષ્ટિએ, ઉજ્જવળ ભવિષ્યની દૈષ્ટિએ, સામાજિક સુવ્યવસ્થાની દૈષ્ટિએ, અને સર્વોપરી આત્મશાંતિ અને આંતરિક સંતોષની દૈષ્ટિએ નિતાંત આવશ્યક અને અતિ મહત્ત્વપૂર્ણ છે. એવું જીવન જીવવા માટે પ્રેરણા થાય, અભિલાષા જાગે, તેમને ઉચ્ચ અર્થમાં સૌભાગ્યશાળી અને દૂરદર્શી કહેવા જોઈએ. એવું દિવ્યજીવન જીવવા માટે કોઈને કપડાં રંગવાની, કે ઘર છોડીને ભીખ માગવાની, કે વેશ બદલવાની જરૂર નથી, કે આખો દિવસ, જપ-તપ-વ્રત-સ્નાન, દેવદર્શન, કથાકીર્તનમાં જોડાઈ જવાની જરૂર નથી. થોડો સમય આત્મચિંતન અને ઈશ્વરીય પ્રકાશની પ્રાપ્તિ માટે ઉપાસના કરવી ઉચિત છે. પણ તેનો પ્રભાવ તો એ કસોટી ઉપર આંકવામાં આવશે કે અધ્યાત્મવાદના સિદ્ધાંતો અને આદર્શોને કેટલી હદ સુધી આપણી વિચારણા, આસ્થા અને કાર્યપદ્ધતિમાં કેટલું સ્થાન મળ્યું ? શરીર અને મનને સુખ આપતી

તૃષ્ણા તરફથી મનને વાળીને તેને આત્મકલ્યાણનાં પ્રયોજનોમાં કેટલી હદ સુધી લગાવી શક્યા ? આ માર્ગે ચાલનારાએ (૧) સાદું જીવન (૨) ઉચ્ચ વિચારની સંગતિ કરીને ચાલવું પડે છે. વિલાસ અને આડંબરની પૂર્તિ માટે જે અખૂટ સમય અને અદબક પૈસા વાપરવામાં આવે છે, તેને બચાવીને આદર્શવાદી પ્રયોજનો માટે પોતાની ક્ષમતાનો એક અંશ લગાડી દેવો સંભવ થઈ શકે છે. જે જેટલો ખર્ચાળ અને આડંબરપૂર્ણ જીવનક્રમ ચલાવી રહ્યો હશે, તેની એટલી જ જરૂરિયાતો, મૂંઝવણો, ચિંતાઓ તથા વ્યસ્તતા વધશે. તેથી દિવ્યત્વનો આરંભ કરકસરથી કરવામાં આવે છે. ઉચ્ચ વિચારોનો સીધો સંબંધ સદાચાર, નમ્રતા, સાદગી અને સાધના સાથે છે. બીજાથી વધારે પોતાનું પ્રદર્શન કરવાની કે સુખ ભોગવવાની લિપ્સાને જે, જેટલી ઘટાડતો રહેશે, તેને પોતાનો તથા પોતાના પરિવારનો નિરર્થક ખર્ચ અને આડંબર અનાવશ્યક લાગશે અને આત્મકલ્યાણ માટે, લોકકલ્યાણ માટે, અધિક સમય, મન અને શક્તિ ખર્ચવાનું શક્ય થશે. આ પરિવર્તન જ્યાં પણ જોવામાં આવે, ત્યાં આધ્યાત્મિકતાનો પ્રકાશ અને તેનાં કિરણોનું અવતરણ શરૂ થયું, તેમ માની શકાય.

ઉપર્યુક્ત બે ચરણો ઉપરાંત આધ્યાત્મિક જીવનનાં આગલાં ત્રણ ચરણ આ પ્રમાણે છે - (૩) માતૃવત્ પર દારેષુ (બીજાની સ્ત્રીને માતા સમાન ગણવી.) (૪) પર દ્રવ્યેષુ લોષ્ટવત્ (બીજાનું દ્રવ્ય ધૂળ સમાન માનવું.) (૫) આત્મવત્ સર્વ ભૂતેષુ (દરેક પ્રાણી સાથે આત્મીય પ્રેમ રાખવો.) જો સાહસપૂર્વક આ ત્રણ ચરણોને અપનાવવામાં આવે તો આ યાત્રાનો આગામી ક્રમ આસાનીથી ચાલશે. જેટલી મુશ્કેલી છે, તે ઉપરોક્ત આરંભિક પાંચ ચરણોમાં જ છે.

સ્ત્રીઓ સાથે પવિત્રતાની ઉચ્ચ ભાવનાઓ રાખવી અધ્યાત્મવાદી માટે આવશ્યક અને સ્વાભાવિક છે. નર અને નારીમાં તત્ત્વતઃ કોઈ અંતર નથી. બન્નેની શારીરિક, માનસિક બનાવટમાં થોડું જ અંતર છે. પ્રજનનની આવશ્યકતા હોય, ત્યારે કામક્રીડાની ઉપયોગિતા સિદ્ધ થાય છે, પણ ચાલુ સમયમાં જે પ્રકારે પુરુષ, પુરુષની પ્રત્યે, નારી,

નારીઓની પ્રત્યે કામવિકાર મનમાં નથી લાવતાં, તે જ રીતે નર અને નારીમાં પણ પરસ્પર સ્વાભાવિક સાધના ચાલુ રહી શકે છે. કામુકદૈષ્ટિ, વિશુદ્ધ રૂપથી એક મનોવિકાર છે, જે સંભવ-અસંભવનો વિચાર ત્યજીને ઉચ્છૃંબલ મૃગતૃષ્ણામાં અકારણ મનને ભટકાવે છે અને સમગ્ર ચિંતનતંત્રને અસ્તવ્યસ્ત અને દૂષિત કરી નાંખે છે. નર નારીની અને નારી નરની શારીરિક, માનસિક, આત્મિક સુંદરતા અને મહાનતાને જુએ, સમજે અને પ્રસન્નતા વ્યક્ત કરે તેમાં વાંધો નથી, પણ જો કામુક્તા, ઉપભોગ, જુગુપ્સા જેવી શોષક અને પતનોન્મુખ દૈષ્ટિએ એક બીજાને જુએ, તો તે દૈષ્ટિદોષ અસંખ્ય માનસિક અને સામાજિક સમસ્યાઓ અને વિકૃતિઓ ઉત્પન્ન કરશે. નારીને વયની દૈષ્ટિએ માતા, બહેન અને પુત્રીની દૈષ્ટિએ જોવી જોઈએ. પોતાની પત્નીને સખી, સહચરી, મિત્ર અને ભાઈ જેવી સમાનવર્ગી માનવી જોઈએ. પ્રજનન માટે યોગ્ય અવસરે, થોડા સમય માટે પોતાના દાંપત્યજીવનમાં થોડી જરૂર પડી શકે, એટલું જ તે ઉપરાંતનો, બાકીનો બધો સમય અને સમગ્ર મન, ભિન્ન લિંગવાળી વ્યક્તિ પ્રત્યે સ્વાભાવિકતા અને પવિત્રતામાં જ ઓતપ્રોત રહેવું જોઈએ. આ દૈષ્ટિશોધન જ સાચા અર્થમાં બ્રહ્મચર્ય છે. આ સિદ્ધાંતનું વિવાહિતો અને અવિવાહિતો બધા જ પાલન કરી શકે છે અને પોતાના આત્મબળ અને બ્રહ્મવર્ચસને યોગ્ય માત્રામાં વધારી શકે છે.

ધનને ઠીકરીની જેમ વ્યર્થ અને અનુપયોગી માનવું તે આધ્યાત્મિકતાનું ચતુર્થ ચરણ છે. આપણે માત્ર શ્રમથી પ્રાપ્ત થયેલું ઈમાનદારી અને ઉચિત સાધનોથી કમાયેલું ધન જ ઈચ્છવું જોઈએ અને જે કંઈ વતુંઓછું કમાઈ શકીએ, તેમાંથી જ નિર્વાહ કરવા માટેનું બજેટ બનાવવું જોઈએ.

આધ્યાત્મિકતાનું પાંચમું ચરણ એ છે, કે આપણે બીજાનાં સુખદુઃખને પોતાનાં સમજીએ. બીજાના સુખમાં પોતાના સુખની અને બીજાના દુઃખમાં પોતાના દુઃખની અનુભૂતિ જોડીએ. આપણું સુખ વહેંચીએ, બીજાનું દુઃખ હોય તેમાં ભાગીદાર થઈએ. આવી આકાંક્ષા આપણને “વસુધૈવ કુટુંબકમ્”ના ઉચ્ચસ્તર સુધી પહોંચાડી દેશે. પીડિત

માનવતાની સેવા કરવાની આ સ્થિતિમાં ઉત્કટ અભિલાષા જાગે છે અને આપણી ચારે બાજુ પથરાયેલું પછાતપણું, અજ્ઞાન, અનાચાર, પાપ અને પતનને હટાવીને તેને સ્થાને માનવીય દેવ-આદર્શોની પ્રતિષ્ઠા કરવાનો ઉલ્લાસ પેદા થાય છે.

“આત્મવત્ સર્વ ભૂતેષુ” (બધા જ પ્રાણીઓમાં સમભાવ)ની ભાવનાથી ઓતપ્રોત મનુષ્ય જે રીતે પોતાનાં વ્યક્તિગત કષ્ટો અને અભાવોને દૂર કરવા માટે પ્રયત્નશીલ રહે છે, તેવી જ રીતે વ્યાપક ક્ષેત્રમાં માનવતા ઉપર લાગેલા કલંકને ઘોઈ નાંખવા અને ધરતી ઉપર સ્વર્ગના અવતરણ જેવી પરિસ્થિતિ ઉત્પન્ન કરવા માટે વ્યાકુળ રહે છે અને ક્ષુદ્ર સ્વાર્થોમાંથી નીકળીને લોકમંગલ માટે પોતાને સમર્પિત કરી દે છે. આત્મિક જીવન જીવનારો ઉપરોક્ત પાંચ ચરણ અપનાવવાનું સાહસ કરે છે ત્યારે તેની આગલી મંજિલ સહજ રીતે જ પૂરી થવા લાગે છે અને આત્માને પરમાત્માના રૂપમાં પરિણત કરવાનો પ્રત્યક્ષ આનંદ આ જ જીવનમાં મળે છે.

## ૧૨. દરેક દિવસને એક નવો જન્મ સમજીએ અને તેનો સદુપયોગ કરીએ

આપણું કેટલું સૌભાગ્ય છે કે ‘સુર દુર્લભ’ મનુષ્ય દેહ મળ્યો અને કેટલું દુર્ભાગ્ય છે કે, તેને પેટ-પ્રજનન જેવી પશુપ્રવૃત્તિમાં જ નષ્ટ-ભ્રષ્ટ કર્યો, પરંતુ તે ઉપરાંત પાપ અને પતનનું કલંક વધારામાં ઓઢી ઝીંધું, જે કીટક કે પતંગિયાં રહેત તો ન ઓઢવું પડત.

જીવનના સદુપયોગની સમસ્યા આપણી સૌથી મોટી, મહત્વપૂર્ણ અને સર્વથી સારગર્ભિત સમસ્યા છે. દૂરદર્શિતા અને બુદ્ધિમતાની માગ છે, કે તેને હલ કરવામાં આવે. તેને ગૂંચવાયેલી જ છોડીને બાલક્રીડામાં દિવસો ગુજારવા, તે એટલી મોટી ભૂલ છે, કે જેને માટે ચિરકાળ સુધી અસીમ પશ્ચાત્તાપ કરવા સિવાય બીજો કોઈ ઉપચાર નહીં રહે.

શરીર અને પરિવારના નિર્વાહ માટે પોતાની પાસે શક્તિ અને



સામર્થ્ય રહે તે બરાબર છે, છતાં ઝીણવટથી જોવામાં આવે તો ખ્યાલ આવશે કે તે ઉપરાંત આપણી પાસે કેટલો સમય, ધન અને શક્તિ બચે, જેને ઈચ્છીએ તો આત્મિક પ્રયોજનોની પૂર્તિમાં લગાવી શકીએ. ઈશ્વરની ઈચ્છા પૂર્ણ કરવા માટે, જીવનલક્ષ્યની પ્રાપ્તિને માટે નિયોજિત કરી શકીએ છીએ. અડચણ એટલા પૂરતી જ છે કે અજ્ઞાનના આવરણથી આપણે એવી ખરાબ રીતે જકડયા છીએ કે, ઈન્દ્રિયોની વાસના, મનની તૃષ્ણા અને કુટુંબીઓની અનિચ્છનીય મોહમમતા સિવાય બીજું કંઈ સૂઝતું નથી. ઔચિત્યની તીવ્ર માંગણી એ છે કે આપણે નિર્વાહ અને સામાજિક કર્તવ્યના પાલન જેટલી શક્તિ શરીર અને પરિવાર માટે ખર્ચી, તેને ઉચિત પ્રગતિ કરતા રહેવા લાયક બનાવતા રહીએ અને બાકીના સામર્થ્યને જીવનોદ્દેશ્યને માટે ખર્ચીએ. જીવનને શરીર અને આત્માનો સંમિલિત વ્યવસાય માનવો જોઈએ અને બન્નેને તેનો સમાન લાભ મળવો જોઈએ. શરીર અને તેનો પરિવાર તો ઉપાર્જનનો પૂરો લાભ ઉઠાવ્યા કરે અને આત્માના હાથમાં કંઈ ન આવે તો તેને અનીતિ જ કહેવાશે. વિવેકશીલતા તેમાં છે કે, બન્નેના હિતનું ધ્યાન રાખવામાં આવે. શરીરની લાલસાઓ અને આવશ્યકતાઓ પૂર્ણ થયા પછી આત્માની ભૂખ, શાંતિ અને પ્રગતિને સર્વથા ઉપેક્ષિત ન રાખવી જોઈએ. આપણે આપણા અંતઃકરણમાં બેઠેલા ભગવાનનો પોકાર સાંભળવો જોઈએ અને તે નિર્દેશ કરે, તે પ્રમાણે કંઈક કર્તવ્ય નક્કી કરવું જોઈએ. એવું ઊભયપક્ષી સંતુલિત જીવન જ સાર્થક કહેવાય છે. અન્યથા આત્માનાં હિતોને પગ નીચે કચડતા રહીએ અને સમગ્ર મનોયોગ કાયા-માયા સુધી જ ન્યોછાવર કરીએ તે નીતિ-રીતિ અંતે તો મૂર્ખતાપૂર્ણ સિદ્ધ થશે અને મોંઘી પડશે.

આધ્યાત્મિક પ્રગતિના બે પક્ષ છે - (૧) પોતાના દોષ, દુર્ગુણો, દુષ્ટપ્રવૃત્તિઓ, દુર્ભાવો, કુવિચારો અને કુસંસ્કારોને શોધીએ અને તેમના નિરાકરણ માટે પ્રબળ પ્રયત્ન કરીએ. સાથે જ ગુણ, કર્મ, સ્વભાવમાં શ્રેષ્ઠતા અને આદર્શવાદિતાનો વધુમાં વધુ સમાવેશ કરતા રહી, પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરવા માટે અગ્રેસર થઈએ.

(૨) આ સંસારને ભગવાનનું વિરાટ સ્વરૂપ માનીએ અને તેને અધિક સુરભિત, સુગંધિત, સુવિકસિત બનાવવા માટે નિર્વાહમાંથી બચેલી સમગ્ર સમૃદ્ધિ - સામર્થ્ય વાપરીએ. ઈશ્વરની પૂજા-પ્રસન્નતાનું કેન્દ્ર, લોકમંગળ માટે નિયોજિત પરમાર્થ પ્રયોજનોને જ માનીએ અને ફેલાયેલું પદ્મતપસું, અજ્ઞાન અને અનાચારને હટાવવા માટે જે કષ્ટ સહન કરવું પડે, તેને ઉચ્ચ કોટિની તપશ્ચર્યા માનીએ.

આ બંને પક્ષો ઉપર જેટલું વધુ ધ્યાન આપવામાં આવશે અને પ્રયત્ન કરવામાં આવશે, તે જ ક્રમથી આત્મિક પ્રગતિ થતી અને આત્મશક્તિ મળતી તત્કાલ જોવામાં આવશે.

જીવન અને મૃત્યુને સાથીદાર બનાવીને ચાલવાની ભાવના જો મનમાં સ્થાયી થશે, તો એ ધ્યાનમાં આવશે કે વર્તમાન અવસર સદાયે શુભ લાગશે. જે સુવિધા આજે મળી છે, તેનો અધિકમાં અધિક સદુપયોગ કરવામાં આવે. તેનો એક પ્રયોગ એ છે કે સવારે આંખ ખૂલતાં જ થોડીક ક્ષણો પથારીમાં પડ્યા પડ્યા એમ વિચારવું કે આજે મારો નવો જન્મ થયો છે અને રાત્રે સૂતી સમયે તે સમાપ્ત થઈ જવાનો છે. તેથી આ દિવસને જીવન માનીને તેની પ્રત્યેક ક્ષણનો સદુપયોગ કરવામાં આવે. દરેક દિવસ નવો જન્મ, હર રાત નવું મૃત્યુ; આ મંત્રને જપવાની જરૂર નથી, તેને હૃદયંગમ કરવાની જરૂર છે અને તેને આધારે દિનચર્યા અને મનોદિશા નિર્ધારિત કરવી જોઈએ.

સમય જ સંપત્તિ છે. તેના વડે જ પ્રગતિ અને સમૃદ્ધિ ખરીદી શકાય છે. આપણે એક ક્ષણ પણ આળસપ્રમાદમાં બરબાદ ન કરવી જોઈએ. એવી દિનચર્યા બનાવવી જોઈએ કે આપણો સમય સમગ્ર રીતે વ્યસ્ત બની રહે. મનોયોગપૂર્વક કરેલો શ્રમ, અને વ્યવસ્થિત રૂપે નિયોજિત કરેલો સમય આપણી સમક્ષ અગણિત રિદ્ધિ, સિદ્ધિ અને સફળતાઓ સહેજમાં જ ઉપસ્થિત કરે છે. એવી દિનચર્યા કે જેમાં સમયની બરબાદી માટે કોઈ ગુંજાઈશ ન હોય અને શરીર તથા આત્માના સ્વાર્થાને ધ્યાનમાં રાખીને ક્રમ નિર્ધારિત કરવામાં આવ્યો હોય, તેમાં વસ્તુતઃ ઉચ્ચકોટિની બુદ્ધિમત્તા છે.

દિવસભરના ક્રિયાકલાપની ઉપર બારીકાઈથી ધ્યાન રાખીએ કે સાંસારિક કર્તવ્યોમાં કોઈ ઉપેક્ષા તો થઈ નથી અને માનસિક દૈષ્ટિએ દોષદુર્ગુણોને હાથપગ ફેલાવવાનો અવસર તો નથી મળ્યો. ક્રોધ, આવેશ, ઈર્ષ્યા, દ્વેષ, છળ, અનાચાર, જ્યારે પણ મગજમાં આવે ત્યારે તેનાથી વિરોધી, શ્રેષ્ઠ વિચારો વડે તેમનો સામનો કરવો જોઈએ. આવો સામનો કરવાથી કુવિચારો તત્કાલ ભાગી જશે.

કુવિચારો ત્યારે જ વિકસિત થઈ શકે, જ્યારે તેમને રોકટોક વિના વધવા દેવામાં આવે. જે પ્રકારે શત્રુના આક્રમણનો પ્રતિરોધ કરવા સેના સદાયે તૈયાર જ રહે છે, તેવી જ રીતે આપણે કુવિચારો સાથે લડવા માટે, તેના વિરોધી, સદ્વિચારોને તૈયાર રાખવા જોઈએ. જેથી દુર્ભાવનાઓનું આક્રમણ થતાં જ તેમની સામે લડવા માટે ઊભા કરી દેવાય. સાથોસાથ સદ્વિચારોને કાર્યાન્વિત કરવા માટે પોતાની દિનચર્યામાં જોડાયેલા રહેવા અવસર આપવો જોઈએ, જેથી સત્પ્રવૃત્તિઓ સક્રિય અને કાર્યાન્વિત થતી આવે. પૂર્ણ સમય આ જ રીતે શારીરિક અને માનસિક સતર્કતાપૂર્વક વીતાવવામાં આવે, તો તે દિવસે નવો જન્મ થયો. તેમાં આશ્ચર્યજનક શાંતિ અને આત્મિક પ્રગતિ દેખાવા લાગશે.

રાતે સૂતી સમયે દિવસભરનો હિસાબ કરવો જોઈએ. ગતિવિધિનાં લેખાંજોખાં કરવાં જોઈએ અને પાછલા દિવસોની તુલનામાં જે પ્રગતિ થઈ હોય તેના પ્રત્યે સંતોષ વ્યક્ત કરવો જોઈએ. સાથે એ પણ જોવું જોઈએ કે આજે શારીરિક અને માનસિક દૈષ્ટિથી કઈ કઈ ભૂલો થઈ અને જે ચૂક થઈ હોય તેને ભવિષ્યમાં અધિક સતર્કતાની સાથે રોકવાનો સંકલ્પ કરવો. ઉપરાંત કંઈક પ્રાયશ્ચિત્ત પણ કરવું જોઈએ. ગાલ ઉપર લપાટ મારવી, ઊઠબેસ કરવી, ઊભા રહેવું, ભોજનનો થોડો અંશ દંડ સ્વરૂપે ઘટાડવો, આદિ શારીરિક દંડ જો એકાંતમાં પોતાની જાતને દેવામાં આવે, તો ભવિષ્યમાં એવું ન કરવાનું યાદ રહે છે અને પ્રાયશ્ચિત્ત પણ થઈ જાય છે. ત્યારબાદ શાંત ચિત્તથી સાંસારિક રાગદ્વેષોથી છુટકારો મેળવી, નિર્મળ મનથી નિદ્રાની ગોદમાં જતાં અનુભવ કરવો જોઈએ.

કે આપણે નિર્મળ મનથી વિદાય લીધી અને એક દિવસનો જન્મ સાર્થક બનાવી લીધો.

આ ક્રમથી જો નિત્ય, “દરેક દિવસ નવો જન્મ, દરેક રાત, નવું મોત”ની ભાવના કરતાં કરતાં દિવસો વિતાવીએ તો જીવનોદેશ્યને માટે આશાજનક પ્રગતિ થવા માંડશે. (૧) દોષદુર્ગુણોનું નિવારણ અને ગુણ, કર્મ તથા સ્વભાવમાં સત્પ્રવૃત્તિઓનો સમાવેશ. (૨) કુત્સા અને કુંઘ્રમાં ડૂબેલા માનવસમાજનું પછતપણું દૂર કરવા માટે ‘લોકમંગલ’ માટેના પ્રયત્નોમાં સૌથી વધુ તત્પરતા; આ બે લક્ષ્યો તરફ આપણે જેટલું ધ્યાન દર્શાવું, એટલી જ જીવનની સાર્થકતાનો અનુભવ થવા માંડશે.

### ૧૩. સ્વાધ્યાય દૈનિક જીવનની અનિવાર્ય આવશ્યકતા

માનવીનું મન કોરા કાગળ કે ફોટોગ્રાફની પ્લેટ જેવું છે. જે પરિસ્થિતિઓ, ઘટનાઓ અને વિચારણા તેની સમક્ષ આવે છે, તેનો જ પ્રભાવ અંકિત થતો જાય છે અને મનોભૂમિ એવી જ બની જાય છે. મનુષ્ય સ્વભાવતઃ ન તો બુદ્ધિમાન છે, ન પૂર્ણ; નહીં ભલો કે નથી ખરાબ. ખરેખર તો તે બહુ જ સંવેદનશીલ પ્રાણી છે. નજીકના પ્રભાવને ગ્રહણ કરે છે અને જેવું વાતાવરણ મગજની સામે છવાયેલું રહે છે, એવા ઢાંચામાં જ તે ઢળવા લાગે છે. તેની આ જ વિશેષતા પરિસ્થિતિઓની ઝપટમાં આવીને ક્યારેક અધઃપતનનું કારણ બને છે તો ક્યારેક ઉત્થાનનું.

આગરા જિલ્લાના ખંદૌલી ગામની નજીક શિકારીઓએ વરુ માર્યા અને તેમના ટોળામાંથી એક છ વર્ષના બાળકને પ્રાપ્ત કર્યું. માદા વરુએ આ બચ્ચાને ક્યાંકથી ઉઠાવ્યું હશે અને તેને નુકસાન ન કર્યું, પણ તેને પોતાનું દૂધ પાઈને પાલનપોષણ કર્યું. જ્યારે તે બાળકને પડકર્યું, તો વરુની જેમ ચાર પગે ચાલવા માંડ્યું, બોલવા માંડ્યું, અખાદ ખોરાક ખાવા માંડ્યું. સર્વત્ર આ જ સિદ્ધાંત લાગુ પડે છે. પોતાની મૌલિક પ્રતિભા લઈને તો કોઈ વિરલા જ જન્મે છે.

સામાન્ય રીતે જે પરિસ્થિતિઓ સામે આવે, તે જ વિચારો આકાંક્ષાઓનું સર્જન કરે છે. તે જ આધારે વ્યક્તિત્વનો એક કાર્યક્રમ ઢળાઈ જવા લાગે છે. વિચારોને ઉચ્ચસ્તર ઉપર ઢાળવા, તે માનવીય વિકાસની આધારભૂત આવશ્યકતા છે. પ્રાચીનકાળમાં સુસંપન્ન વ્યક્તિ પણ પોતાનાં બાળકોને પ્રગાઢ વન પ્રદેશોમાં, ઋષિઓની પાસે, ગુરુકુળમાં સુશિક્ષણ માટે મોકલતા હતા. આમ તો, ભણવા-ગણવા માટે નોકર, શિક્ષકને રાજમહેલમાં પણ રાખી શકાય, પણ પરિષ્કૃત વાતાવરણમાં રહેવાને કારણે મનોભૂમિનો લાભ એ મહાન વ્યક્તિત્વના સાન્નિધ્યમાં જ મળી શકતો હતો. તેથી દરેક વિવેકવાન સત્સંગનો લાભ ઉઠાવતા અને માત્ર બાળકોને જ નહીં, સ્વયં પોતે પણ ઋષિકુળમાં જતા, તીર્થયાત્રા, વનવાસ, વાનપ્રસ્થ આદિ નિમિત્તે તે વાતાવરણમાં રહેવાનો પ્રયત્ન કરતા, જેથી તે પ્રાણપ્રવાહથી પોતે પણ પ્રભાવિત થઈ શકે.

વ્યક્તિત્વની શ્રેષ્ઠતા માટે સૌથી મોટી આવશ્યકતા તે વિચારણાની છે, જે આદર્શવાદિતાથી ઓતપ્રોત થઈ જાય અને આપણી રુચિ તથા શ્રદ્ધાની સાથે જોડાઈ જાય. આ પ્રયોજન બે પ્રકારે પૂર્ણ થાય છે. એક તો આદર્શવાદી ઉચ્ચ ચરિત્રવાળા મહામાનવોનું દીર્ઘકાલીન સાન્નિધ્ય અને બીજું તેમના વિચારોનું અવગાહન અથવા સ્વાધ્યાય. વર્તમાન પરિસ્થિતિઓમાં પહેલો પ્રયોગ બહુ મુશ્કેલ છે. એક તો તત્ત્વદર્શી મહામાનવોનો એક પ્રકારે સર્વનાશ થઈ ગયો છે. શ્રેષ્ઠતાનો અંચળો ઓઢી, કુટિલ, દિગ્બ્રાંત અને ભટકેલા લોકો જ શ્રદ્ધાની વેદી હસ્તગત કરી બેઠા છે. તેમના સાન્નિધ્યમાં કોઈ વ્યક્તિને દિશા પ્રાપ્ત થવી તો બાજુ પર રહી, ઊલટાના ગુમરાહ થાય છે. જેઓ યોગ્ય છે, તેઓ સમાજની વર્તમાન પરિસ્થિતિઓને સુધારવા માટે એટલા તત્પર અને મગ્ન થઈને લાગી ગયા છે, કે સુવિધાપૂર્વક લાંબો સત્સંગ આપી શકવો તેઓને માટે પણ સંભવ નથી. તેથી જે સાંભળવા ઈચ્છે, તે પણ ખાલી બેઠા રહે છે. તેથી જે સદ્ભાગીઓને પ્રામાણિક મહાપુરુષોનું સાન્નિધ્ય જ્યારે પણ મળે તેટલાથી સંતોષ માનવો જોઈએ. દીર્ઘકાલીન સત્સંગની

સંભાવનાઓ આજની સ્થિતિમાં ઓછી છે.

બીજો માર્ગ જ આજે સુલભ છે. સ્વાધ્યાયના માધ્યમથી મગજ સમક્ષ એવું વાતાવરણ લાંબો સમય આચ્છાદિત રાખી શકાય છે, જે આપણને પ્રખર અને શ્રેષ્ઠજીવન જીવવા માટે યોગ્ય પ્રકાશ આપી શકે. સ્વાધ્યાયમાં આપણી બૌદ્ધિક ભૂખ અને આધ્યાત્મિક આવશ્યકતાની પૂર્તિ માટે પેટને રોટી અને શરીરને કપડાં પૂરાં પાડવાથી પણ અધિક તત્પરતા સાથે પ્રયત્નશીલ રહેવું જોઈએ. સ્વાધ્યાય દૈનિક નિત્યકર્મો સાથે સામેલ કરવામાં આવે, કેમકે ચારે બાજુની પરિસ્થિતિ જે નિષ્કર્ષ કાઢે છે, તે આપણને હલકી માન્યતાઓ અને ગતિવિધિ અપનાવવા પ્રોત્સાહન આપે છે. જો આ ખરાબ પ્રભાવને દૂર કરવામાં નહીં આવે, તો સામાન્ય મનોબળવાળો માણસ દુર્બુદ્ધિ અપનાવી દુષ્કર્મ કરવામાં જ લાભ જોવા લાગશે.

સ્નાન કરવું, દાંત માંજવા, કપડાં ધોવાં, ઝાડુ લગાવવાની રોજ જરૂર એટલા માટે પડે છે કે, નિરંતર મલિનતાનું સ્તર જમા થયેલું હોય છે તેને જલદી જલદી હઠવ્યા વિના સ્વચ્છતા માટે ખતરો ઊભો થાય છે. તે જ રીતે મન ઉપર ચારે તરફથી ખરાબ વાતાવરણનો પ્રભાવ પડતો રહેવાથી જે મલિનતા જામે છે, તેના પરિષ્કારનો એક માત્ર ઉપાય સ્વાધ્યાય જ રહે છે. જીવિત યા મૃત મહામાનવોના વિચારો તથા ચરિત્રોનો પ્રભાવ જ્યારે ઈચ્છીએ ત્યારે પ્રાપ્ત કરી શકીએ છીએ. તેમના સામીપ્ય તથા સાન્નિધ્યનો લાભ લઈ શકીએ છીએ. તેમનું સાહિત્ય આપણને કાયમ ઉપલબ્ધ રહે છે અને આપણી સુવિધા અનુસાર જેટલો ઈચ્છીએ તેટલો સંબંધ તેમની સાથે બાંધી શકીએ છીએ. આ સંબંધથી માતાનું દૂધ પીવા જેટલો લાભ મેળવનાર બાળક તથા રક્તદાન પ્રાપ્ત કરનાર રોગીની જેમ હર કોઈને સ્વાધ્યાય દ્વારા સમુચિત લાભ ઉઠાવવાનો અવસર મળી શકે છે, તેને બહુમૂલ્ય કે અમૂલ્ય જ માનવો પડે.

સત્સાહિત્ય દ્વારા અગણિત વ્યક્તિઓને ઊંચે ઊઠવાનો અને આત્મબળ પ્રાપ્ત કરવાનો અવસર પ્રાપ્ત થાય છે. ભગવાન શ્રી કૃષ્ણ ગીતાનું જ્ઞાન સંભળાવીને એક અર્જુનને જ લાભ દઈ શક્યા.

આ મહાગ્રન્થ દ્વારા થોડીવત્તી માત્રામાં, તે સમયથી લઈને આજ સુધીમાં કરોડો, અબજો, મનુષ્યોને પ્રકાશ પ્રાપ્ત થયો છે અને તે પ્રકાશના માધ્યમથી અસંખ્ય લોકોએ જીવનલક્ષ્ય પ્રાપ્ત કરવામાં સફળતા મેળવી છે. પ્રેરક સાહિત્ય સદા વ્યક્તિત્વ, ચરિત્ર, મનોબળ અને આત્મનિર્માણમાં સહાય કરે છે. આ પ્રેરણાથી પ્રભાવિત અગણિત વ્યક્તિઓ તુચ્છતાનાં બંધનોને તોડીને મહાનતા અપનાવવામાં સમર્થ બની છે. તેથી ઉપાસના, પૂજા, અર્ચના, તપ, વ્રત, દાન આદિની સમકક્ષ જ “સ્વાધ્યાય” ને પણ પુણ્ય પ્રયોજનોમાં અતિ આદરપૂર્વક સંમિલિત કર્યા છે. તત્ત્વદર્શીઓએ એ વાત ઉપર બહુ ભાર મૂક્યો છે, કે માનવીએ પ્રમાદ કર્યા વિના સ્વાધ્યાય નિત્ય-નિયમિત કરવો જોઈએ.

આજે આ સંદર્ભમાં એક ચિંતાની વાત એ રહી છે, કે રૂઢિવાદીઓએ આ ક્ષેત્રમાં ઊંડાણથી અડ્ડો જમાવી દીધો છે. વાસી, સડેલી, અપ્રાસંગિક અને ઢંગઘડા વિનાની પૌરાણિક કથાઓના ગ્રન્થોને જ લોકો ધર્મગ્રન્થ માની બેઠા છે અને “જે જૂનું તે સોનું” ની ભૂમિકા બાંધી, તેને જ દરરોજ દોહરાવીને સ્વાધ્યાયની જૂની પ્રણાલિકાને અનુસરે છે.

આ નિરર્થક પ્રવૃત્તિથી ભલા કોને શું લાભ થઈ શકે ? સ્વાધ્યાયને માટે એવું પસંદ કરેલું સાહિત્ય જ ઉપયોગી થશે, જે વ્યક્તિના ગુણ, કર્મ, સ્વભાવને પરિષ્કૃત કરવાનું વ્યાવહારિક માર્ગદર્શન આપે અને સમાજમાં વ્યાપેલી ખોટી માન્યતાઓનું નિરાકરણ કરી, બુદ્ધિસંગત સમાધાન રજૂ કરે. આજે વ્યક્તિ અને સમાજની પરિસ્થિતિઓ પ્રાચીનકાળથી ભિન્ન છે. તેથી તેનું સમાધાન પણ યુગને અનુરૂપ હોવું જોઈએ. દરેક યુગમાં સ્થિતિને અનુરૂપ માર્ગદર્શન આપવા માટે વિચારક, તત્ત્વદર્શી, યુગદેષ્ટા અને દેવદૂત અવતાર લે છે. સમયની ભિન્નતાને કારણે, તે બાબત લક્ષમાં રાખીને વારંવાર અને નવાનવા સંદેશ લઈને આવનારા સંદેશવાહકોની જરૂર પડતી રહે છે. આજની પરિસ્થિતિને અનુરૂપ માર્ગદર્શન આ યુગના ઋષિ જ દઈ શકે છે અને સ્વાધ્યાયને માટે એવા જ સાહિત્યની ઉપયોગિતા છે.

કહેવાની જરૂર નથી કે યુગનિર્માણ યોજનાએ પ્રાચીનતમ અને નવીનતમનો અનુપમ સંગમ કર્યો છે. સૃષ્ટિના આદિકાળથી લઈને ચાલ્યા આવતા, સનાતન ધર્મના સિદ્ધાંતોને આધુનિક બુદ્ધિવાદ અને વિજ્ઞાનવાદની સાથે જોડીને વર્તમાન પરિસ્થિતિને અનુરૂપ અને ઉપયોગી એવું સમાધાન રજૂ કર્યું છે, જેને વિવેકવાનોએ અદ્ભુત અને અનુપમ કહ્યું છે. સ્વાધ્યાયને માટે સસ્તું અને નાનું દેખાતું આ સાહિત્ય વસ્તુતઃ તથાકથિત પોથીપાઠથી હજારગણું અધિક મહત્ત્વપૂર્ણ છે. સ્વાધ્યાયને માટે ઉપયોગી સાહિત્ય, જેણે વ્યક્તિ અને સમાજના સર્વાંગી વિકાસ માટે સાંગોપાંગ દિશાઓ બતાવી હોય, એવું સાહિત્ય ભાષ્યે જ બીજે ક્યાંયથી ઉપલબ્ધ થાય જે કંઈ સર્વશ્રેષ્ઠ આ સંસારમાં ઉપલબ્ધ છે તે કૂલોનો અર્ક, મધુર મધ જ તેને કહેવામાં આવે, તો તેમાં કંઈ જ અતિશયોક્તિ નથી. ઉચિત એ થશે કે, આપણે ખોટું દિશાદર્શન કરાવનારી વિભિન્ન પુસ્તિકાઓ વાંચવાને બદલે, સ્વાધ્યાયને માટે યુગનિર્માણ સાહિત્ય પસંદ કરીએ અને તેને વાંચવાનો ક્રમ નિત્યકર્મની જેમ પોતાની દિનચર્યામાં સમાવિષ્ટ કરી લઈએ.

## ૧૪. આપણું મહાન મહત્ત્વ સમજીએ અને આપણી જાતને સુધારીએ

આપણને દુનિયાદારીનું ધણું જ જ્ઞાન છે, પણ પોતાના વિષે એક રીતે અજાણ્યા જ રહીએ છીએ. ભૂગોળ, ઇતિહાસ, વાણિજ્ય, શિલ્પ, કલા, વિજ્ઞાન, કાનૂન, તથા લોકવ્યવહાર વિષે આપણે ધણું જાણ્યું અને શીખ્યા છીએ. તેના બળે આજીવિકા કમાવા અને પ્રતિષ્ઠા મેળવવામાં પણ એક હદ સુધી સફળ થયા છીએ પણ આ સર્વથી ય મહત્ત્વપૂર્ણ જાણકારીથી વંચિત રહી ગયા છીએ, જેના વિના આ સર્વ શીખ્યું-શિખવાડેલું વ્યર્થ, નિરર્થક જ છે. બહારની જાણકારી અને ચમકદમકના આકર્ષણમાં આપણે જાતને જ ભૂલી બેઠા છીએ.

પોતાનું મકાન બની જવાથી કેટલી સુવિધા થશે તે કલ્પના તો છે, પણ આપણું વ્યક્તિત્વ પ્રખર બની જવાથી પ્રગતિની સંભાવનાઓ



કેટલી શ્રેષ્ઠ થઈ જાય છે, તેની ખબર જ નથી. ઘર, કપડાં, વાસણ, ફર્નિચર અને શરીરની સફાઈનું મહત્ત્વ તો જાણીએ છીએ, પણ અંતઃકરણની સ્વચ્છતાને કારણે આપણે કેટલા શ્રદ્ધે બનીએ છીએ, તે તથ્ય સૂઝતું જ નથી. શરીર અને મગજને બળવાન અને સુખી બનાવવાની અનેક રીતે કોશિશ કરીએ છીએ, પણ આત્મબળ, મનોબળ, પ્રતિભા, દૂરદર્શિતા આદિની પણ કોઈક ઉપયોગિતા છે તે વાત સૂઝતી નથી. તૃષ્ણા અને વાસનાની તૃપ્તિમાં જે અધિક સુખ મળે છે, તેને માટે મન બહુ જ લલચાય છે અને તેને પ્રાપ્ત કરવાના તાણાવાણા નિરંતર ગૂંથ્યા કરે છે, પણ એ સમજમાં નથી આવતું કે, આત્મસંતોષ અને આત્મિક આનંદ જેવી કોઈ દિવ્ય અનુભૂતિઓ પણ હોય છે અને તેમનું પોતાનું પણ કંઈક મૂલ્ય હોય છે.

આપણી જાત સૌથી મહત્ત્વપૂર્ણ છે. બહારની દુનિયામાં જે કંઈ દેખાય, અનુભવ થાય, તેની અનુભૂતિઓ પોતાની આંતરિક સ્થિતિ ઉપર નિર્ભર છે. સૂર્ય ચમકતો રહે, પણ પોતાની જ આંખો ન હોય તો તેના પ્રકાશથી શું લાભ મળે ? આંધળાને માટે દિન અને રાત સમાન છે. સૂર્યનું અસ્તિત્વ તેને સુંદર વસ્તુઓનું દર્શન કરાવી શકતું નથી. જીભમાં કોઈ બીમારી આવી જાય, તો બોલવા અને ચાખવાનાં અનેક સાધનો હોવા છતાં પણ, તેનાથી શું કોઈ લાભ લઈ શકાશે ? કાન બહેરા થઈ જાય, તો મધુર ભાષણ, સંગીત આદિની સ્થિતિ સંસારમાં ભરપૂર હોવા છતાં પણ, પોતાને માટે નકામી થઈ જાય. આપણું મગજ ખરાબ હોય, તો પોતાના અને પરાયા સર્વનો વ્યવહાર બદલાતાં વાર નહીં લાગે અને જે ઉપલબ્ધિઓ આજે હાથ જોડીને ઊભી છે, તેમાંથી એકનો પણ અવસર નહીં મળે. શરીર ચાલ્યું જાય, પ્રાણ નીકળી જાય, તો સમજવું જોઈએ કે પ્રલય થઈ ગયો કોઈ આપણું નથી. આપણે કોઈના નથી. જેના ઉપર અધિકાર સમજતા હતા તે સર્વ પરાયા થઈ જશે. તેમની સાથેનો સંબંધ તૂટી જશે અને પ્રસ્તુત વસુધાનો ઉપયોગ કરવાની કોઈ ગુંજાઈશ નહીં રહે.

જે કંઈ સંસારમાં છે, તેની અનુભૂતિ આપણા જ માપદંડથી કરીએ છીએ. ગુરુએ યુધિષ્ઠિરને મોકલ્યા કે નગરમાં જે ખરાબ માણસો

રહેતા હોય તેની માહિતી લઈ આવો. તેઓ ઘણા દિવસ કર્યા, તપાસ કરતા રહ્યા, પણ તેમને સર્વત્ર, સર્વમાં સુંદરતા જ દેખાઈ અને પાછા ફરીને ગુરુને પોતાની અસફળતા બતાવી. બીજા દિવસે દુર્યોધનને મોકલ્યો અને તેને નગરના સારા માણસો શોધી લાવવાનું કહેવામાં આવ્યું. કેટલાયે દિવસની તપાસ પછી તેણે એ જ ખબર આપ્યા કે આ નગરમાં એક પણ ભલો માણસ રહેતો નથી. ખરેખર તો તે નગરમાં બન્ને પ્રકારના લોકો રહેતા હતા, પણ પોતાના દૈષ્ટિકોણને અનુરૂપ બન્ને છાત્રોને કેવળ એક જ પ્રકારના લોકો મળ્યા. સંસાર સારો કે ખરાબ દેખાય છે, તેમાં મૂળભૂત રીતે પોતાનો દૈષ્ટિકોણ જ કામ કરે છે. જો તેને સુધારી લેવામાં આવે, તો વિક્ષોભભરી પરિસ્થિતિઓ સંતોષજનક બની શકે છે. દરેક વ્યક્તિ અને દરેક પરિસ્થિતિમાં કોઈ ઉજ્જવલ પાસું હોય છે. જો તેને જ જોવામાં આવે તો માણસને સર્વત્ર શુભેચ્છા અને શિક્ષણ પથરાયેલું જોવા મળશે. લોકોમાં જે મળે છે, તે જ પર્યાપ્ત લાગશે અને ક્ષોભ, અસંતોષ વ્યક્ત કરવાને બદલે તે ઓછા દેખાતા સહયોગની કિંમત વધી જશે.

સંસારમાં કાંટા-કાંકરા ઘણા છે. તે સર્વને હઠાવવા મુશ્કેલ છે, પણ એક વસ્તુ સરળ છે કે પોતાના પૈસાથી બૂટ સીવડાવી પહેરી લઈએ અને કાંટા-કાંકરાથી કષ્ટ ભોગવ્યા વિના નિશ્ચિન્તતાપૂર્વક વિચરણ કરીએ. આખી દુનિયાને પોતાની ઈચ્છા પ્રમાણે બનાવી શકાતી નથી, પણ પોતાની વિચારસરણી ઉચ્ચ બનાવી, વિચારવાની રીત ઊંચી બનાવી, લોકો સાથે ટક્કર લીધા વિના, સરળતાપૂર્વક પોતાને બચાવી શકાય છે અને ઝઘડા વિના વખત પસાર કરી શકીએ છીએ. સજ્જનોની સમક્ષ દુર્જનોએ પણ મસ્તક ઝુકાવવું પડે છે. ઓછામાં ઓછું તેઓ આપણી શાંતિનો ભંગ કરવામાં સફળ થતા કદાચિત જ જોવામાં આવે છે.

બીમારીઓ બહારથી નથી આવતી. આપણી આહારવિહાર સંબંધી ખરાબ આદતોથી અને પ્રકૃતિને પ્રતિકૂળ ચાલવાથી આવે છે. જો સંયમી, વ્યવસ્થિત અને પ્રાકૃતિક જીવન જીવવામાં આવે, તો પ્રકૃતિની ગોદમાં સ્વચ્છંદ વિચરણ કરતાં, બીજાં પશુપક્ષીઓની જેમ

આપણે પણ સ્વસ્થતા અને દીર્ઘજીવનનો આનંદ મેળવી શકીએ છીએ. આપણી ભૂલો જ આપણને બીમારીઓની આગમાં ઘસડીને લઈ જાય છે અને અસહ્ય કષ્ટ સહન કરવા માટે લાચાર કરી દે છે. પોતાના શત્રુ અને નિંદક વધુ બનતા જતા હોય અને મિત્ર તથા પ્રશંસક ઘટતા જતા હોય તો સમજવું જોઈએ કે તેમાં માત્ર બીજાઓનો જ બધો દોષ નથી. વસ્તુતઃ આપણામાં એવી ખામીઓ આવી ગઈ છે, જેને કારણે લોકો દૂર હટતા, ખિન્ન થતા, વિરોધી મનતા રહે છે. વિદ્યાથી આપણે વંચિત રહી ગયા. શિક્ષણ પણ અલ્પ છે અને પોતાના નિરંતર, નિયમિત અધ્યયનથી પોતાના જ્ઞાન અને અનુભવને પહાડની જેમ ઊંચાં ઊંચાં લીધાં. નિર્ધનતા માટે ભાગ્યને દોષ દેવો બેકાર છે. મિત્રવ્યયિતા, (કરકસર) દૂરદર્શિતા (દીર્ઘદષ્ટિ), બજેટ બનાવીને ખર્ચ કરવો અને આર્થિક સ્ત્રોતથી સંબંધિત લોકો સાથે ઉદાર મધુર સંબંધ રાખવાથી કોઈ પણ વ્યક્તિ આર્થિક ઉન્નતિની સંભાવનાઓ વધારી શકે છે. જેને કઠોર પરિશ્રમ પ્રત્યે પ્રેમ છે, તે દરિદ્ર શા માટે રહેશે ?

જે દરેક કામને મનોયોગપૂર્વક સમજી વિચારીને, તેને પ્રતિષ્ઠાનો પ્રશ્ન બનાવીને સારામાં સારી રીતે કરે છે તેને ખોટ કેવી રીતે જાય અને તંગી શા માટે ભોગવવી પડે ?

ચિંતા, નિરાશા, ભય, શોક, આશંકા, ઉદ્વેગ, આવેશ આદિ મનોવિકારોમાં જકડાયેલી વ્યક્તિ નિરંતર ઉદાસ, દુઃખી, ક્ષુબ્ધ અને રોતલ દેખાશે, પણ જેને તેની ખબર છે કે વિવેકના આધારે દરેક સ્થિતિમાં મગજને સમતોલ રાખી શકાય છે અને પ્રતિકૂળતા સામે ખેલાડીઓની જેમ, હળવા મનથી લડી શકાય છે, તેને દરેક સંભાવના અને ઘટના બહુ જ ઓછા મહત્ત્વની, સંસારમાં ચાલતી રૂઢિની જેમ સામાન્ય પ્રવૃત્તિ જ માત્ર દેખાય છે. નાટકમાં વિભિન્ન અભિનય કરનારા નટ, જે રીતે ખેલમાં રજૂ કરવામાં આવતા હર્ષ, શોકના પ્રદર્શનથી પ્રભાવિત થતા નથી, એ જ રીતે આ સંસારની રંગભૂમિ ઉપર જે ચડતીપડતી આવે છે, તેમાં કોઈ પણ સમતોલ મગજવાળી વ્યક્તિ અપ્રભાવિત રહી શકે છે.

આપણે બહાર ઓછું અંદર વધુ જોવું જોઈએ. બીજાની ટીકા ઓછી અને પોતાની સમીક્ષા વધુ કરવી જોઈએ. દુનિયાની ગતિવિધિઓ શીખવા-સમજવા કરતાં પણ વધુ આપણી આંતરિક સ્થિતિ અને પ્રકૃતિને સમજવી જોઈએ. પરિવાર અને સંસારને સુધારવા કરતાં વધુ પોતાની જાતને સુધારવામાં ધ્યાન દેવું જોઈએ. આત્મચિંતન, આત્મનિરીક્ષણ દ્વારા પોતાનું સંશોધન કરો અને જુઓ કે પોતાના ગુણ, કર્મ, સ્વભાવમાં કયા દોષદુર્ગણ છે, જેને કારણે આપણે ડગલે ને પગલે વ્યાધિઓનો સામનો કરવો પડે છે. પ્રગતિના પંથે આગળ વધવા માટે જે મનસ્વિતા, પ્રતિભા અને ચરિત્રનિષ્ઠાની આવશ્યકતા છે, તેમાં જેટલી કમી હોય તેને પૂર્ણ કરવા માટે કમબદ્ધ યોજના બનાવવી જોઈએ. પોતાના જીવનોદ્દેશ્યને સમજીએ. મનુષ્યજન્મની પાછળ છુપાયેલા ઈશ્વરીય પ્રયોજનને સમજીએ. તેને અનુરૂપ વિચારણા બદલવી અને તેને અનુકૂળ કાર્યપદ્ધતિ અપનાવવાનું સાહસ ઉત્પન્ન કરી શકીએ, તો સમજવું જોઈએ કે આત્મબોધનો લાભ મળ્યો અને આત્મકલ્યાણનો માર્ગ પ્રશસ્ત થઈ ગયો.

## ૧૫. કર્તવ્યપરાયણતા - માનવજીવનની

### આધારશીલા

આકાશમાં અદ્ધર લટકતાં ગ્રહનક્ષત્રો એકબીજાની આકર્ષણ શક્તિના બળે ખેંચાઈને ટિંગાઈ રહ્યાં છે. જો આ આકર્ષણ શિથિલ થઈ જાય, તો અંતરિક્ષના શોભાયમાન સિતારાઓ પોતાની કક્ષામાંથી ખસી જઈને કોઈ બીજા ગ્રહ સાથે ટકરાય કે અનંત આકાશની કોઈ દિશામાં ડૂબીને વિલીન થઈ જાય. તેને અતીત કાળથી યથાસ્થાને સ્થિર રાખનારી અને પોતાની નિર્ધારિત ક્રિયાપ્રણાલીમાં નિયોજિત કરી રાખનારી શક્તિ એક જ છે—“ગ્રહોની પારસ્પરિક આકર્ષણ ક્ષમતા” તેના વિના કોઈ નક્ષત્રનું અસ્તિત્વ અને ક્રિયાકલાપ એક ક્ષણ પણ સ્થિર ન રહી શકે.

મનુષ્યજીવનની સ્થિરતા અને પ્રગતિની આધારશીલા તેની કર્તવ્યપરાયણતા છે. જો આપણે આપણી જવાબદારીઓને છોડી દઈએ

અને નિર્ધારિત કર્તવ્યોની ઉપેક્ષા કરીએ, તો પછી એવો અવરોધ ઉત્પન્ન થઈ જાય છે કે પ્રગતિ અને ઉપલબ્ધિની વાત તો દૂર રહી, માણસની જેમ જીવન વ્યતીત કરવું પણ શક્ય ન રહે.

જીવનની દરેક વિભૂતિનો આધાર કર્તવ્યપરાયણતા ઉપર છે. દરેક ઉપલબ્ધિની સ્થિરતા અને સુરક્ષા, કર્તવ્યનિષ્ઠા ઉપર જ આધારિત છે. આપણને બહુમૂલ્ય શરીર મળ્યું છે. તેને નીરોગી, પરિપુષ્ટ અને દીર્ઘજીવી ત્યારે જ બનાવી શકાય, જ્યારે શૌચ, સ્નાન, સ્વચ્છતા, કઠોર શ્રમ, સમયનું પાલન, આહારની સુવ્યવસ્થા, ઈન્દ્રિયસંયમ, વિશ્વાસ આદિની જવાબદારીઓ સારી રીતે નિભાવીએ. મનની પ્રખરતા અને સમર્થતાનો આધાર તે વાત ઉપર છે કે ચિંતા, શોક, નિરાશા, ભય, ક્રોધ, આવેશ આદિથી તેને બચાવી રાખીએ અને ઉત્સાહ, ઉલ્લાસ, ધૈર્ય, સાહસ, સંતોષ, વિશ્વાસ, સંતુલન, સ્થિરતા, એકાગ્રતા જેવા સદ્ગુણોથી સુસજ્જિત રાખવામાં આવે. જો મનને એમ જ જંગલી ઘાસ અને ઝડીઝાંખરાંની જેમ ગમે તે દિશામાં આથળ વધવા દેવામાં આવે, તો તે આપોઆપ, પોતાના જ માટે સૌથી મોટો શત્રુ સિદ્ધ થશે. મનને સાધવાની અને તેને સુસંસ્કૃત બનાવવાની જવાબદારી પ્રત્યેક વ્યક્તિની છે, જેને માનસિક ક્ષમતાનું વરદાન મળ્યું છે.

પરિવારથી જીવનમાં ખૂબ જ સુવિધા અને સુવ્યવસ્થા રહે છે. પણ આ ઉપલબ્ધિઓ માત્ર તેઓને જ પ્રાપ્ત થાય છે, જે પરિવારના દરેક સભ્યની સાથે પોતાની જવાબદારીઓને પૂરી તત્પરતાથી, સાવધાની અને ઈમાનદારી સાથે નિભાવે છે. સ્ત્રી માત્ર સેવા કરવા માટે જ મળી નથી. તેના વિકાસ, સુવિધા, સંતોષ અને સ્વાસ્થ્યની દરેક આવશ્યકતાને પૂર્ણ કરવી તે પણ કર્તવ્ય છે. ગાય તેને જ દૂધ આપશે જે પેટ ભરીને ઘાસ ખવડાવશે. દાંપત્યજીવનનો આનંદ તેને જ મળશે, જે પોતાનું પૂર્ણ કર્તવ્યપાલન કરીને તેનું હૃદય જીતી લેશે. બાળકો તેમનાં જ સુસંસ્કૃત અને સુવિકસિત થશે, જે તેઓને પ્યાર, સમય અને સહયોગ આપીને વિકાસોન્મુખ અને સુસંસ્કૃત બનાવવા માટે નિરંતર તત્પર રહેતા હશે. માતાપિતા અને ગુરુજનોનું વાત્સલ્ય

અને આશીર્વાદ તેઓને જ મળશે, જેઓ તેમની સુવિધા તથા ઈજ્જતમાં કમી ન આવવા દે, તે માટે શક્તિ પ્રમાણે પ્રયત્ન કરે. ભાઈ અને બહેનોનો અનંત પ્રેમ અને સહકાર મેળવવાની આશા તેમણે જ કરવી જોઈએ, જે તેઓને માટે પ્રાણ ત્યાગી શકે તેવો ભરપૂર પ્યાર કરતા હોય. પરિવારનો આનંદ માત્ર કર્તવ્યપરાયણ જ લે છે. આથી ઊલટું જેઓએ સુવિધાઓ મેળવવાનો અધિકાર તો જાણ્યો, પણ કર્તવ્યપાલનની શરત ભૂલી ગયા, તેઓને માટે ઘર અને નરકમાં કોઈ તફાવત નહીં રહે. મનોમાલિન્ય અને કલહથી ઘરનું વાતાવરણ વિષાકત બની રહેશે. પત્ની જીવનસંગિની નહીં બને. બાબકો આજ્ઞાપાલક નહીં હોય. માતાપિતાનો અસંતોષ અને ભાઈબહેનોનો દ્વેષ ઘરને સ્મશાન બનાવી દેશે. પરિવાર, તેઓને માટે સ્વર્ગ છે, જે ડગલે ને પગલે પોતાની જવાબદારીઓ નિભાવવા, સાથીઓની ખામી નિભાવવા, સહન કરવા તત્પર હોય. નરક તેઓને માટે છે જે ઘરના પરિજનો પાસે મોટી મોટી આશાઓ રાખે છે, પણ પોતાની જવાબદારીઓથી આંખો ફેરવી લે છે.

ધન બઘાયને ગમે છે. તેને મેળવવું અને વધારવું બઘાને ગમે છે, પણ કઠોરશ્રમ, સતર્ક જાગૃતિ, કમબદ્ધ સુવ્યવસ્થા, હિસાબની સ્વચ્છતા અને મિલનસાર સ્વભાવ તથા ઈમાનદારીના ગુણ જેનામાં છે તેઓ જ ઉચિત રીતે સ્થિર સંપત્તિ કમાઈ શકે છે. ઉપાર્જન પુરુષાર્થ અને પ્રતિભા ઉપર નિર્ભર છે. આ બન્ને ગુણોને વધારતા રહેવાની જવાબદારી જેણે સમજી અને તેને માટે સતત પ્રયત્ન કર્યા, તેઓ સમૃદ્ધિના અધિકારી બન્યા સમજો. જેણે કરકસર, બજેટ, હિસાબ, ધુતારાથી સતર્કતા, સુરક્ષાનું સામર્થ્ય, સદુપયોગની યોજના બનાવી પૈસા ખર્ચ કર્યા, તેઓ યશસ્વી થયા અને કમાવાની જેમ ખર્ચ કરવાનો આનંદ પ્રાપ્ત કરવાનું સૌભાગ્ય પણ પ્રાપ્ત કર્યું. ધન આકાશમાંથી વરસતું નથી અને જમીનમાંથી નીકળતું નથી. ચોરી-કપટથી જે ધન આવે છે, તે દારૂખાનાની જેમ ભડક દઈને ઊડી જાય છે. તેનાથી કોઈને શાંતિ મળતી નથી કે આનંદ આવતો નથી. સંપત્તિ અને સમૃદ્ધિના ઉપાર્જન અને ઉપયોગની સાથે અનેક

ફરજો જોડાયેલી છે. જે તેને નિભાવવાનું જાણે છે, તેને જ સાર્થક સમૃદ્ધિનો લાભ મળે છે.

બેજવાબદાર, બેપરવાહ અને કર્તવ્યોની ઉપેક્ષા કરનાર પોતાનું અને સંબંધીઓનું કેવળ અહિત જ કરે છે. જે કર્મચારી નિરંતર પોતાની જવાબદારીઓની ઉપેક્ષા જ કર્યા કરે છે તે માલિકને ખોટમાં જ લઈ જાય છે અને ધિક્કારપાત્ર જ બની રહે છે. ચોર અને ચાલાક હોવા છતાં, કામમાં તત્પર વ્યક્તિ લાભદાયક રહે છે, પરંતુ ઈમાનદાર અને ભલી વ્યક્તિ હોવા છતાં, બેપરવાઈ અને બેજવાબદારીથી વ્યવહાર કરનાર અધિક હાનિકારક સિદ્ધ થાય છે. બેઈમાન નોકર પણ માલિકને નુકસાન કરે છે, પણ બેજવાબદાર તો જ્યાં રહેશે ત્યાં સત્યાનાશ કરીને જ રહેશે.

મહત્વપૂર્ણ કાર્ય સદા તેમના દ્વારા જ સંપન્ન થાય છે, જે કર્તવ્યપાલનને પ્રાણોથી પણ અધિક પ્યાર કરે છે. સૈનિકનો સૌથી મોટો ગુણ અનુશાસન અને પોતાના મહાન ઉત્તરદાયિત્વનો શાનદાર ઢંગથી નિર્વાહ કરવો એ જ છે. સંત, બ્રાહ્મણ, પુરોહિત, નેતા અને પ્રવચનકાર પોતાની જવાબદારીઓ પ્રત્યે નિષ્ઠાવાન રહે તો માનવજાતિનું હિત સાધી શકે છે.

શાસનતંત્રની બેજવાબદારીએ આ દેશને કેટલી ક્ષતિ પહોંચાડી છે તેનો હિસાબ કરવામાં આવે તો તે દુષ્કાળ, પૂર, ભૂકંપ અને દૈવી પ્રકોપથી ઉત્પન્ન થતી સમસ્ત ક્ષતિ કરતાં કેટલાયે ગણાં સંકટો ઉત્પન્ન કરનાર સિદ્ધ થશે. લાલિયાવાડી, કામ પાછું ઠેલવાની ટેવ, લાંચરુશવત, કામચોરી, વેઠ ઉતારવાની વૃત્તિ આદિ દોષોએ શાસનતંત્રને કચરાપેટી જેવું બનાવી દીધું છે. આ બેજવાબદારીએ અરાજકતાથી પણ વધુ ક્ષતિ પહોંચાડી છે. જો આપણા શાસકીય કાર્યકર્તા પોતપોતાનાં કર્તવ્યોનું પૂરી ઈમાનદારી અને જવાબદારીપૂર્વક પાલન કરે, તો દેશનો કાયાકલ્પ થવામાં વાર ન લાગે.

સમાજના સભ્યની જિંદગી રાષ્ટ્રના નાગરિક તરીકે પણ માનવીય ફરજોથી લદાયેલી છે. પોતાની સુવિધા પણ અમુક હદ સુધી સીમિત રહેવી જોઈએ, જેથી બીજાની સુવિધામાં અડચણ ન

ધામ એ દરેકની નૈતિક જવાબદારી છે. સડકો ઉપર કેળાં અને નારંગીની છાલ ફેંકીને આપણે બીજાને પાડવાની મુશ્કેલી ઊભી કરીએ છીએ. ડ્રબી બાજુ ચાલવાને બદલે સમગ્ર સડકને ઘેરીને ચાલવું, સડક અને ગલીઓમાં મન ફાવે તમે કચરો ફેંકવો, બાળકોને ગટર ઉપર સંગ્રહ માટે બેસાડી દેવાં, મોડી રાત સુધી લાઉડ સ્પીકર વગાડવું, સાર્વજનિક સ્થાનોને ઘેરીને બેસી જવું કે ગંદા કરવાં, નિશ્ચિત સમયે વચનનું પાલન ન કરવું વગેરે એવી વાતો છે જે દેખીતી રીતે નાની લાગે, પણ તેનાથી જ પારસ્પરિક સદ્વ્યવહારોમાં ભારે ક્ષતિ પહોંચે છે. સભ્ય સમાજનો દરેક નાગરિક પોતાની જવાબદારી સમજે છે અને નૈતિક, સામાજિક અને રાષ્ટ્રીય જવાબદારીઓ પ્રત્યે સજાગ રહીને પોતાની અને પોતાના દેશની પ્રતિષ્ઠ વધારે છે.

પોતાના સમાજ પ્રત્યે દરેક વ્યક્તિની જવાબદારી છે. આપણે સમાજના એક સભ્ય છીએ. સમાજનું વાતાવરણ આપણને અતિશય પ્રભાવિત કરે છે. વ્યક્તિગત અને સામૂહિક પ્રગતિનાં દ્વાર ત્યારે જ ખૂલે છે, જ્યારે લોકો પોતાના શરીર અને પરિવારની જેમ સામાજિક સુવ્યવસ્થા અને ઉત્કર્ષનું સમુચિત ધ્યાન રાખે અને તેને માટે કષ્ટ સહેવા તથા ત્યાગ કરવા માટે તૈયાર રહે. સામૂહિક ઉત્કર્ષમાં જે જેટલી રુચિ લે છે અને લોકમંગળને માટે જે જેટલો ત્યાગ કરે છે તેને એટલો જ મહામાનવ ગણવામાં આવે છે.

આત્મા પ્રત્યે આપણી જવાબદારી છે અને પરમાત્મા પ્રત્યે પણ. તેમના કારણે જ આપણું અસ્તિત્વ છે. જરૂરી છે કે આપણે આત્માનો અવાજ સાંભળીએ અને પરમાત્મા દ્વારા નિર્ધારિત કર્તવ્યોનું પાલન કરતાં કરતાં માનવજીવનને સાર્થક બનાવવા માટે પ્રયત્નશીલ રહીએ.

## ૧૬. અસત્ય વ્યવહાર-સદ્ભાવના અને સામાજિકતા ઉપર કુઠારાઘાત

આંતરિક અને બહારની એકતા જેને સત્યના નામે પોકારવામાં આવે છે, તે મનુષ્યનો સર્વપ્રથમ ગુણ છે. આપણે જેવા છીએ તેવા



જ બીજાની સમક્ષ જાતને પ્રગટ કરીએ, જે મનમાં હોય તે જ વાણી દ્વારા પ્રકટ કરીએ. આ સચ્ચાઈથી અંતરાત્માની નિર્મળતા ટકી રહે છે અને ચિત્ત પ્રફુલ્લ રહે છે. આ પ્રકારના શુદ્ધ અંતઃકરણમાં જ શાંતિ રહે છે અને ઈશ્વરીય પ્રકાશનાં કિરણોનો ઉદ્ભવ થાય છે.

વસ્તુતઃ આપણે જેવા હોઈએ તેનાથી ભિન્ન હોવાનો દેખાવ કરીએ તો લોકો સાથે એક પ્રકારની છેતરપિંડી જ કહેવાય. આપણે એક બીજા ઉપર સહજ વિશ્વાસ કરીએ તો જ પારસ્પરિક સદ્ભાવનાથી રહી શકીએ છીએ. સમાજની સમગ્ર વ્યવસ્થા એક બીજાના વિશ્વાસના આધારે ચાલી રહી છે. આ વિશ્વાસ નષ્ટ થઈ જાય તો કોઈ એકબીજા ઉપર ભરોસો નહીં કરે અને સમાજનો વ્યવહાર પણ સ્થિર નહીં રાખી શકાય. પ્રેમ, મિત્રતા, સહયોગ તથા સહાયતાનો આધાર સજ્જનતા છે. જેને આપણે ભલા માણસ સમજીએ છીએ તેઓ સાથે જ સ્થિર સંબંધ બાંધીએ છીએ અને તેઓ સાથે જ કોઈ ભરોસાપાત્ર વ્યવહાર કરીએ છીએ. સજ્જનતાની પરખ એ છે કે વ્યક્તિ પોતાની અસલિયત યથાવત પ્રગટ કરતો રહે છે કે નહીં, ભલે કોઈએ પોતાની શેષી દર્શાવવાને માટે, રોક જમાવવાને માટે, મોટાઈ દેખાડવા માટે વાત વધારીને કરી હોય; લોકો તેના વિષે જૂઠો હોવાની માન્યતા બનાવી લેશે અને પછી કોઈક મહત્વપૂર્ણ પ્રસંગે પણ તેનો ભરોસો નહીં કરે. અસલિયત છૂપી નથી રહેતી, તે આજે નહીં તો કાલે પ્રગટ થઈને જ રહે છે. જૂઠાણામાં એક મોટી નબળાઈ હોય છે કે તે થોડક સમય સુધી જ કોઈને પ્રભાવિત કર્યા કરે છે. વસ્તુસ્થિતિ વહેલીમોડી પ્રગટ થઈને જ રહે છે. ત્યારે તે અસત્યભાષીને અપ્રામાણિક અને અવિશ્વાસુ માની લેવામાં આવશે અને તેની સાચી વાતો પણ આશંકાની દૃષ્ટિથી જોવામાં આવશે અને ખોટી માનવામાં આવશે.

વિશ્વાસ ખોઈ બેસવો, સંદિગ્ધ અને અપ્રામાણિક રહેવું તે માણસનું અશોભનીય પતન છે. પ્રતિષ્ઠા તેઓની જ હોય છે જેઓનો વિશ્વાસ કરી શકાય. જેનામાંથી વિશ્વાસ ઊઠી ગયો, જેને અપ્રામાણિક ગણી લેવામાં આવ્યો અને જેને બીજાને ભ્રમમાં

નાખનાર માની લીધો, તેની સામાજિક ઈજ્જત ચાલી ગયેલી જ માનવામાં આવશે. કપટ ચાહે તો પૈસા કમાવાને માટે કયું હોય, કે ભ્રમમાં રાખીને કોઈ ખોટા નિષ્કર્ષ ઉપર પહોંચાડવા માટે કરવામાં આવ્યું હોય; બેન્ને સમાન રૂપથી નિંદનીય છે. ઠગાઈ નીચમાં નીચ સ્તરનો અનાચાર છે. ચોર, ઉઘઉંનીર પણ આકસ્મિક લાભ, ઘવ લગાવવામાં બીજાની બેદરકારી અને પોતાની ચતુરતાથી પ્રાપ્ત કરે છે. કોઈને વિશ્વાસ આપી ને જૂઠા સાબિત થતા નથી. બીજા પ્રકારના જુગારી, લૂંટારા, આક્રમણકારી, ઝઘડાખોરને કંઈ કરવું હોય, તે પોતાનું સમજીને અને દર્શાવીને કામ કરે છે. જે ભરોસો કંઈક આપે અને કરે બીજું કંઈક; બતાવે કંઈક અને થાય કંઈક. તેને તો એવો કાયર કહેવાશે, જેણે બીજાની ભલમનસાઈનો અનુચિત લાભ જ ઊઠાવ્યો છે. જો પહેલેથી જ જૂઠાણું માની લીધું હોત, કે વાતને શંકાની દૈષ્ટિથી જોઈને ભરોસો ન કરત, તો સંભવ છે કે તે ઠગાત નહિ. પણ એ તેની સજ્જનતા જ કહેવાય કે માનવને 'માનવ' માનીને તેની માનવતા ઉપર ભરોસો કર્યો. આ રીતે જે ઠગાઈ જાય, તેને જે નુકસાન થાય છે, તેનાથી અધિક નુકસાન ઠગવાવાળાને થાય છે અને તે અધિક ખોટમાં રહે છે, કારણકે ઠગાઈ જનારને પૈસાની કંઈકે બીજી રીતે જે હાનિ પહોંચી હોય તે સહજ રીતે જ થોડા જ દિવસોમાં પૂર્ણ થઈ શકે; પણ જેણે અસત્ય વ્યવહારથી પોતાનો વિશ્વાસ ગુમાવ્યો છે, તે એ વ્યક્તિની દૈષ્ટિમાં અને બીજા જાણકારોની દૈષ્ટિમાં આજીવન અવિશ્વાસુ રહેશે અને ક્યારેય કોઈની સાચી ધનિષ્ઠતા, આત્મીયતા કે મૈત્રી પ્રાપ્ત નહીં કરી શકે. અસત્ય વ્યવહારથી વ્યક્તિની ધૂર્તતા સિદ્ધ થાય છે અને ધૂર્ત સાથે કોઈ મતલબ પૂરતી ઉપલક મનથી ભલે ખુશામત કરે, પણ અંતઃકરણથી કોઈ તેની પ્રામાણિકતાનો સ્વીકાર નહીં કરે, કે નહીં તેને આત્મીય મિત્ર બનાવે. આ ખોટ એટલી મોટી છે કે જેની પરિપૂર્તિ સરળતાથી થઈ શકતી નથી.

બીજાને છેતરવા તે પોતાની જાતને જ છેતરવા બરાબર છે. અંતરાત્મા આ પતનનો સ્વીકાર કરે છે અને નિરંતર ઢિક્કારે છે.

જેને પોતાની વસ્તુસ્થિતિ પણ પ્રગટ કરવાની હિંમત નથી હોતી, તે કાયરનું આત્મબળ ક્યાં સુધી ટકશે ? બહાદુરી ત્યારે શરૂ થાય છે કે જ્યારે બીજાના ડર વિના પોતાની સ્થિતિને યથાવત્ પ્રગટ કરી દે. પછી યથાર્થતાના કારણે જે પણ સ્થિતિ સામે આવી જાય, તેને સહન કરે. વસ્તુસ્થિતિથી જુદી વાત કરીને જો બીજાને અંધારામાં રાખ્યા અને છેતરપિંડીના ફળ સ્વરૂપ કંઈ લાભ ઉઠાવી લીધો, તો તે બીજી રીતે મિત્ર બનાવી વિશ્વાસ સંપાદિત કરીને બીજી જ ક્ષણે તેની પીઠમાં છરી મારવાની જેમ વિશ્વાસઘાત કરીને કંઈક લાભ કમાઈ લેવામાં આવે તો આ અસત્ય ભ્રાષણને કોઈ કમાણીની કલા ન માની લેવી જોઈએ. આ તો લૂંટારાની જેમ એક લૌકિક અપરાધ જ કહેવાશે એવી નીતિરીતિ અપનાવનારાને ચતુરોની નહીં, અપરાધીઓની પંકિતમાં ઊભા કરવામાં આવશે.

અસત્ય વ્યવહાર અને અસત્ય ભ્રાષણ કરવું, ખોટો વિશ્વાસ આપવો, પોતાની માન્યતા વિરુદ્ધ કંઈ ને બદલે કંઈક બતાવી દેવું, પોતાની સ્થિતિ છુપાવીને બીજી રીતની પ્રગટ કરવી; પોતાના ઈરાદાને છુપાવવો, આ સર્વ અસત્ય ભ્રાષણમાં જ આવે છે. માત્ર જૂઠાણું જ અસત્ય નથી; બીજી રીતે પોતાના દ્વારા કોઈને ભ્રમમાં નાંખવા, તે પણ અસત્યના પરિઘમાં આવે છે. તેને બીજા શબ્દોમાં છળ કે ઠગાઈ પણ કહે છે. ભલે કોઈના પૈસા ન ઠગવામાં આવ્યા હોય, પણ વિશ્વાસને ઠગી લેવો એ પણ કંઈ ઓછું પાપ કે અપરાધ નથી.

અસત્યને સર્વ પાપોમાં મુખ્ય માનવામાં આવ્યું છે અને કર્તવ્યનિષ્ઠ નાગરિક પાસે એવી આશા રાખવામાં આવે છે કે તે સત્યનો જ આધાર લે. એ માનવીય કર્તવ્યનો શુભારંભ છે, કે આપણે પરસ્પર એકબીજાને સાચી જ જાણકારી આપીએ અને ઉચિત જ વિશ્વાસ આપીએ. એ જ આધારે એકબીજા ઉપર ભરોસો કરી શકશે અને પારસ્પરિક સહયોગની આ શૃંખલાને આગળ વધારી શકશે, જેની ઉપર માનવીય પ્રગતિ તથા સમાજવ્યવસ્થા પૂર્ણ રીતે અવલંબિત છે. જો આપણે એક બીજાને ખોટી માહિતી આપવાની નીતિરીતિ અપનાવીશું, તો પછી કોઈ બીજા ઉપર ભરોસો કેવી રીતે

રાખશે ? પરસ્પર સંદેહ, આશંકા, અવિશ્વાસ અને છેતરપિંડીની વાત જ વિચારતા રહીને નહીં સહયોગ લઈ શકીએ, કે નહીં આપી શકીએ. આ સ્થિતિમાં પ્રેમ અને મૈત્રીના નામે અંતરંગ પુલકિત નહીં થાય, ઉલ્લાસ ભરનારાં તત્વોનો વિકાસ નહિ થઈ શકે. આશંકાનો આતંક દરેક વાતમાં, દરેક વ્યક્તિ પ્રત્યે સંદેહ અને અવિશ્વાસ કરવા માટે પ્રેરિત કરશે. આ પરિસ્થિતિઓમાં શ્રદ્ધાભાવના કોણ કોની ઉપર આરોપિત કરી શકશે. સજ્જનતાનો વ્યવહાર કરવા છતાં છેતરપિંડીનો સંદેહ જો મનમાં ધર કરી જાય, તો સર્વમાં ધૂર્તતાની ગંધ આવશે. ત્યારે કોઈ, બીજાને પોતાનું કેવી રીતે સમજશે અને પોતાના તરફથી નિશ્ચિન્ત કેવી રીતે રહી શકશે ? ત્યારે કોઈને કોઈ પાસે કોઈ આશા જ નહીં રહે. વચનનું પાલન અને વિશ્વાસ જ્યારે માનવીય આચારનું અંગ ન રહે ત્યારે મનુષ્ય પોતાને એકાકી જ અનુભવ કરશે અને એમ સમજશે કે પોતે દગાબાજ શિયાળ અને વરુઓની વચ્ચે કોઈ પ્રકારે નિર્વાહ માત્ર કરી રહ્યો છે.

દાંપત્યજીવનથી લઈને લેવડદેવડના વ્યવસાય-વ્યાપાર સુધી દરેક વ્યવસ્થાની પાછળ કોઈ સુનિશ્ચિત આશ્વાસનોને આધાર માની લેવામાં આવે છે. જો તેની આધારશીલા હાલી જાય, એક બીજાને જૂઠા, ઠગ, બનાવટી અને વિશ્વાસઘાતી માની બેસીએ, તો પરસ્પર નિર્વાહ કેવી રીતે થશે અને સહયોગની ગાડીનાં પેંડાં સાથે સાથે કેવી રીતે દોડશે ? એક ખોટો માણસ પોતાના દુર્વ્યવહારથી અનેકોને આતંકિત અને આશંકિત કરે છે, તેથી વ્યાપક ક્ષેત્રમાં અનિશ્ચિતતા ફેલાય છે. અસત્યને એટલા માટે સૌથી મોટું પાપ માનવામાં આવે છે, કે તેનાથી આત્મા પોતાની દૈષ્ટિએ, પોતે જ પતિત થાય છે. અસત્યથી વ્યક્તિત્વ દૂષિત બને છે અને મનોવિજ્ઞાનની દૈષ્ટિએ દૂષણને કારણે અગણિત શારીરિક, માનસિક રોગો ઉત્પન્ન થાય છે, પરસ્પર અવિશ્વાસ ઉત્પન્ન થાય છે. પરસ્પર અવિશ્વાસ ઉત્પન્ન થવા ઉપરાંત સમાજવ્યવસ્થાનો પાયો હાલી જાય છે, જેની ચર્ચા ઉપર કરવામાં આવી છે. ખાલી મજાકમાં પણ આપણે જૂઠું ન બોલીએ એ જ યોગ્ય છે.

## ૧૭. બેઈમાની નહીં, ઈમાનદારીનો માર્ગ અપનાવીએ

ક્યારેક એવું લાગે છે કે જલદી અને અધિક કમાણી કરવા માટે અપ્રામાણિકતાનો પ્રયોગ કરવો જરૂરી છે, કારણ કે ધનવાન લોકોમાંથી અધિકાંશ એવા દેખાય છે કે જેમના ક્રિયાકલાપમાં બેઈમાનીનો અંશ દેખાય છે. પ્રામાણિક લોકોમાંથી ઘણાખરા ગરીબ જ દેખાય છે. તેથી સામાન્ય બુદ્ધિથી એમ સમજાય છે કે આપણે પણ જો પ્રામાણિક રહીશું તો ગરીબ બની જઈશું, કારણકે આજે ધનની બોલબાલા છે. ધનના આધારે જ અધિક સુવિધા-સાધન અને સફળતા તથા સન્માન પ્રાપ્ત થાય છે. તેથી સ્થૂળ બુદ્ધિથી સ્થિતિનું અવલોકન કરનારા બહુમતિ લોકો જે રસ્તે ચાલે તેની ઉપર ચાલવાવાળા લોકો સામાન્ય રીતે તે જ ઘરેડને અપનાવી લે છે, જે આડોશપાડોશના લોકો પણ અપનાવતા જોવામાં આવે છે. આજની વ્યાપક ક્ષેત્રમાં ફેલાયેલી બેઈમાનીનું આ મુખ્ય કારણ છે.

વસ્તુસ્થિતિની ઝીણવટથી તપાસ કરવાથી બુદ્ધિભ્રમ થઈ જવો સ્વાભાવિક છે. બેઈમાનીનું ગૌરવ સ્વીકારીને લોકો બુદ્ધિભ્રમથી ગ્રસ્ત જ થઈ ગયા છે. વાસ્તવમાં એવું છે જ નહીં. બેઈમાનીથી ધન કમાઈ શકાતું નથી. કમાઈ લેવામાં આવે, તો સ્થિર રાખી શકાતું નથી. લોકો જે ગુણોથી કમાય છે, તે બીજા જ (ગુણો) છે. બેઈમાનીની આડમાં કોઈ અયોગ્ય લાભ લઈ લેવામાં આવે તો તેનો અર્થ એવો નથી થઈ શકતો, કે તેનું પરિણામ લાભદાયક આવે છે. સાહસ, હૈયા ઉકલત, સૂઝ-બૂઝ, મધુર ભાષણ, વ્યવસ્થા આદિ એવા ગુણો છે, જે ઉપાર્જન કરે છે. બેઈમાની તો અપયશ, અવિશ્વાસ, ધૂણા, અસહયોગ, રાજદંડ, આત્મગ્લાનિ આદિ દુષ્પરિણામો જ ઉત્પન્ન કરે છે. વસ્તુતઃ લોકો સદ્ગુણોના આધારે કમાય છે. બેઈમાનીનું તાત્પર્ય છે બીજાને દગો દેવો. આ ત્યારે જ શક્ય છે જ્યારે તેના ઉપર ઈમાનદારીનું આવરણ ચક્રવી દેવામાં આવે. કોઈને ત્યારે જ છેતરી શકાય. જ્યારે તેને આપણી ઈમાનદારી અને વિશ્વસનીયતા

વિષે આશ્વાસન આપવામાં આવે. જો કોઈને એવો શક થઈ જાય કે પોતાની સાથે બેઈમાની કરવા માટે તાણાવાણા ગૂંથાઈ રહ્યા છે, તો છેતરાશે નહીં અને ચાલાકીથી મળતો લાભ મળી નહીં શકે. બેઈમાની ત્યારે જ લાભદાયક થઈ શકે જ્યારે તેને ઈમાનદારીનો અંચળો ઓઢાડી સારી રીતે છુપાવી લીધી હોય. અસલિયત જેવી પ્રગટ થઈ જાય છે ત્યારે બેઈમાની કરનાર માત્ર તે સમય પૂરતો જ નહીં, પરંતુ સદાને માટે લોકોનો વિશ્વાસ ખોઈ બેસે છે અને લાભ મેળવવાને સ્થાને ઊલટાની ખોટ ખાય છે.

બેઈમાનીનું પ્રતિક્ષણ ઘૃણા, અવિશ્વાસ, અસહયોગ, રાજદંડ અને આત્મદંડ છે. તેમાં ઉપાર્જનની કોઈ ક્ષમતા નથી. ઉપાર્જન તો સદ્ગુણ કરે છે. તેમાં જ ઉત્પાદનનાં તત્ત્વો સમાયેલાં છે. સંસારમાં મોટાં કામ, મોટા વ્યાપાર, મોટાં આયોજન, ઈમાનદારીના આધાર ઉપર જામ્યાં, વધ્યાં અને સફળ થયાં છે. જેણે પોતાની વિશ્વસનીયતાનો સિક્કો બીજા ઉપર જમાવી દીધો, સારી, સાચી, ખરી ચીજો ઉચિત મૂલ્ય ઉપર આપી અને વ્યવહારમાં પ્રામાણિકતા સિદ્ધ કરી દીધી તો લોકો તેના ઉપર મુગ્ધ થઈ જાય છે અને સદાને માટે તેના ગ્રાહક, પ્રશંસક અને સહયોગી બને છે. ઉન્નતિનું રહસ્ય આ જ છે. જેનામાં પ્રામાણિકતા છે તેનું ભવિષ્ય ઉજ્જવલ છે, પરંતુ જે પોતાની મૂર્ખતાના કારણે બદનામ થઈ ગયો તેનો રક્ષક તો ઈશ્વર જ છે. આજના મિત્ર કાલે દુશ્મન બનશે. કાલના મિત્ર પરમ દિવસે તિરસ્કાર કરવા લાગશે અને અંત સુધી કોઈ તેનો સાચો મિત્ર સહયોગી નહીં રહે. સ્વાર્થને માટે ખુશામદ કરનારા પણ નબળા સમયે કામ નહીં આવે. વિશ્વાસ કરીને જોખમ ઉઠાવવા માટે પેલા “ખુશામતિયા” મિત્રો પણ સમય આવે તૈયાર નહીં થાય.

આપણે એ ભ્રમ કાઢી નાંખવો જોઈએ કે બેઈમાનીથી કંઈક કમાઈ શકાય છે. તે શરાબની જેમ ઉત્તેજના માત્ર છે, જેનાથી છેતરનાર અને છેતરાનાર બન્ને બુદ્ધિભ્રમમાં ગ્રસ્ત થઈ જાય છે. નશો ઉતરતાં નશાબાજની જે ખરાબ હાલત થાય છે એવી જ હાલત પોલ ખૂલી જવાથી બેઈમાન માણસની પણ થાય છે. તેનો કારભાર

રહેતો નથી, કોઈ ગ્રાહક કે સહયોગી રહેતો નથી. દૂધમાં પાણી અને ધીમાં વેજિટેબલ મેળવનાર ત્યારે જ કમાઈ શકે, જ્યારે તે સોગંદ ખાઈને પોતાની ઈમાનદારી અને ચીજના અસલીપણાનો વિશ્વાસ બંધાવે છે. અહીં જ ઈમાનદારી અને વિશ્વાસનો વિજય છે. જે કમાઈ લીધું તેનો આધાર વિશ્વાસ જ હતો. જો આ લોકો પોતાની દુકાન ઉપર પાણી અને આરાનો લોટ મેળવેલું દૂધ, ભેજસેળવાળા ધીનું સાઈનબોર્ડ લગાવે અને પોતાની વસ્તુના દોષો પ્રગટ કરે, તો ખબર પડે કે શું બેઈમાની પોતાના વિશુદ્ધ રૂપમાં કંઈ કમાઈ શકવા માટે સમર્થ છે ?

‘વેસ્ટ એન્ડ વોચ’ કંપનીની ઘડિયાળો, ફોર્ડની મોટરો, પાર્કરની પેનો મોંઘી હોવા છતાં લોકો ખુશીથી ખરીદે છે, કારણકે વસ્તુની પ્રામાણિકતા ઉપર હરકોઈ ભરોસો કરે છે. તેની દિન-પ્રતિદિન ઉન્નતિ થતી જાય છે. તેનાથી ઊલટું નકલી, કમજોર, ખરાબ ચીજો વેચનારા દિવસે દિવસે દેવાળિયા થતા જાય છે. મિલકત ગુમાવે છે અને ફરીથી તે બદનામીને કારણે નવું કામ કરી શકવામાં સફળ થતા નથી. બેઈમાની લાંબો સમય ગુપ્ત રહી શકતી નથી. પારાને પચાવી શકાતો નથી. પાપ છુપાવી શકાતું નથી. પ્રગટ થતાં જ બન્ને ભારે કષ્ટ આપે છે.

વ્યાપારની જેમ જ જીવનના હરક્ષેત્રની સફળતાનું ટકાઉપણું કઠોર શ્રમ, સદ્ગુણ, સદ્વ્યવહાર, સચ્ચાઈ, ઈમાનદારી અને પ્રામાણિકતા ઉપર રહેલું છે. ચાલાકીથી એકાદવાર કોઈને ચમત્કૃત કરીને પોતાનું ધાર્યું કામ કરાવી શકાય, પણ તે લાભને સ્થિર રાખી શકતો નથી. ચોર, ડાકુ, ખિસ્સાકાતરુ, શરૂઆતમાં બહુ પૈસા કમાય છે, પણ આ કમાણીને સ્થિર રાખવી કે તેનો સદુપયોગ કરવો, તેમના વશમાં નથી. વાદળાના પડછાયાની જેમ અનીતિની કમાણી પણ અપવ્યય અને દુર્વ્યસનોમાં જોતજોતામાં ખલાસ થઈ જાય છે.

સંપત્તિથી નહીં, સદ્બુદ્ધિ અને સત્પ્રવૃત્તિઓથી ઉન્નતિ થાય છે. ધનવાન નહીં, ચરિત્રવાન સુખ મેળવે છે. ઈમાનદારીથી કદાચ ઓછી કમાણી થાય, તો પણ અનીતિથી અધિક કમાવા કરતાં શ્રેયસ્કર છે.

પરસેવાની કમાણી ફૂલેફાલે છે અને હરામનો પૈસો પાણીના પરપોટાની જેમ નષ્ટ થઈ જાય છે. એટલું જ નહીં, વિદાય પછી બહુ જ પશ્ચાત્તાપ, સંતાપ અને અપયશ મૂકીને જાય છે.

જો બેઈમાનીથી જ ધન કમાવામાં આવે, તો આવશ્યક નથી કે ધનવાન જ બનવું જોઈએ. સંસારમાં અધિકાંશ લોકો ગરીબ જ રહે છે. આપણે પણ તેઓમાંના એક રહીએ, તો શું નુકસાન છે ? પરંતુ વાસ્તવિકતા એ છે કે ધન જ નહીં; સ્વાસ્થ્ય, સંતોષ અને સન્માનના ક્ષેત્રે પણ ચરિત્રવાન અને ઈમાનદાર લોકો જ સમૃદ્ધ અને સફળ બને છે. સફળતા પ્રાપ્ત કરી લેવી, એટલું જ પૂરતું નથી. તેનાથી આત્મસંતોષ, જનકલ્યાણ અને સ્વાસ્થ્ય પરંપરાનું અભિવર્ધન થવું જોઈએ. સાચી રીતે પ્રાપ્ત કરેલી સફળતા જ વાસ્તવિક સફળતા છે. જો કોઈએ, કોઈ પ્રકારની ઉન્નતિ કે ઉપલબ્ધિ અયોગ્ય રીતે પ્રાપ્ત કરી હશે, તો અનેકોને એવું જ કરવાની ઈચ્છા થશે અને સમાજમાં એક એવી પ્રથા ચાલુ થઈ જશે, જે દરેકને માટે અહિતકર પરિણામ જ ઉત્પન્ન કરતી રહેશે.

સદ્ગુણોનું ખાતર અને સચ્ચાઈનું પાણી પાઈને જ વ્યક્તિત્વનો છોડ વધે છે અને ફૂલેફાલે છે. જાદુથી હથેળીમાં સરસવ જમાવી તો શકાય છે, કૌતુક તો જોઈ શકાય છે, પણ તેનું તેલ કાઢીને ધન કમાઈ શકાય તે સંભવ નથી. બેઈમાનીનો ચમત્કાર તો જોઈ શકાય છે, પણ તેને સહારે સાચી પ્રગતિ અને સ્થિર સંપદાનો લાભ ઉઘવી શકાતો નથી. જો આપણે વસ્તુતઃ કંઈ કહેવાલાયક અને આનંદદાયક ઉપલબ્ધિઓ પ્રાપ્ત કરવા માગતા હોઈએ, તો એક જ રસ્તો છે કે આપણે ઈમાનદારી અને ભલમનસાઈને જીવનનીતિની જેમ હૃદયંગમ કરીએ, સદ્ગુણોની સંપદાથી આપણા વ્યક્તિત્વને સુસજ્જિત કરતા રહીએ. જે રીતે રૂપિયાના બદલામાં દુકાનો ઉપર વેચાતી ચીજો, આસાનીથી ખરીદી શકાય છે, તે જ રીતે સદ્ગુણોના મૂલ્ય ઉપર પ્રગતિની કોઈ પણ દિશામાં ઝડપથી અગ્રેસર થઈ શકાય છે.

બેઈમાનીની નીતિરીતિ સ્વીકારવાનું પ્રતિફળ પોતાને માટે વિપત્તિ અને સમાજને માટે દુર્ગતિના રૂપમાં પ્રસ્તુત થશે. આપણે આ



કંટકછાયા પંથે ચાલવા કરતાં, એ જ વધુ સારું છે કે તે માર્ગે ચાલનારાની દુર્ગતિ જોઈએ અને એટલાથી જ સાવધાનીપૂર્વક વર્તવા લાગી જઈએ. ઈતિહાસના કોઈ પણ પાના ઉપર આ તથ્ય જોઈ શકાય છે, કે વિભૂતિઓ અને સંપત્તિઓનો લાભ માત્ર તેઓને જ માટે સુરક્ષિત છે જેઓ સદ્ગુણી, ચરિત્રવાન અને ઈમાનદાર છે.

## ૧૮. હસતી અને હસાવતી જિંદગી જ સાર્થક છે

આપણી પાસે બીજાને આપવા માટે ધનદોલત, ન હોય, કોઈને કંઈ આપવાની સ્થિતિમાં ન હોઈએ, તો પણ આપણે સદાને માટે એક વસ્તુ દેવા માટે સમર્થ છીએ અને નિરંતર પુણ્ય અને સંતોષનો લાભ લઈ શકીએ છીએ. તે વસ્તુનું નામ છે પ્રસન્નતા. જો પોતાના સ્વભાવમાં પ્રસન્ન રહેવાનો ગુણ હોય અને હસવા મુસ્કરાવાની આદત પાડી દેવામાં આવે, તો આપ જ્યાં પણ રહેશો, ત્યાં પ્રસન્નતા પણ વહેંચતા રહેશો તો જે કોઈ પણ સંપર્કમાં આવશે તે પ્રસન્ન અને પ્રભાવિત થઈને જશે. પોતાની તૃપ્તિ અને સંતોષ પણ પ્રસન્નતાની મનોદશા પણ નિર્ભર છે.

એ અનુમાન સાચું નથી કે જે સુખી અને સાધનસંપન્ન હોય છે, તે પ્રસન્ન રહે છે. વસ્તુસ્થિતિ આનાથી બિલકુલ ઊલટી છે. જે પ્રસન્ન રહે છે, તે સુખી અને સાધનસંપન્ન બને છે. પ્રસન્નતા વિશુદ્ધ રૂપથી એક એવી મનોદશા છે, જે પૂર્ણ રીતે આંતરિક સંસ્કારો ઉપર નિર્ભર રહે છે. ગરીબીમાં પણ હસતા અને મુશ્કેલીઓ વચ્ચે પણ ખુલ્લા મનથી હસનાર અસંખ્ય વ્યક્તિ જોવામાં આવે છે. તેનાથી વિપરીત એવી અગણિત વ્યક્તિઓ છે, જેમની પાસે પ્રચૂર માત્રામાં સાધનસંપન્નતા છે, છતાં તેમની આંખો, નસો, તણાપેલી અને મુખાકૃતિ શોકગ્રસ્ત રહે છે. કોપી, ચિંતાગ્રસ્ત, અસંતુષ્ટ અને ઉદ્વિગ્ન રહેવું તે એક પ્રકારની માનસિક દુર્બળતા માત્ર છે, જે અંતઃકરણની દૈષ્ટિએ પછાત લોકોમાં જ મળે છે. પરિસ્થિતિઓ નહીં, મનોભૂમિનું પછાતપણું આ કુબ્ધતાનું કારણ છે. ઉદાત્ત અને સંતુલિત દૈષ્ટિકોણવાળી વ્યક્તિ હર પરિસ્થિતિમાં હસતી-હસાવતી રહે છે. તેઓ

જાણે છે કે, માનવજીવન સુવિધાઓ-અસુવિધાઓ, અનુકૂળતાઓ-પ્રતિકૂળતાઓના તાણાવાણાથી વણાયેલું છે. સંસારમાં અત્યાર સુધી એક પણ વ્યક્તિ એવી નથી જન્મી જેને કેવળ સુવિધાઓ અને અનુકૂળતાઓ જ મળી હોય અને મુશ્કેલીઓનો સામનો ન કરવો પડ્યો હોય.

દરેકના જીવનમાં કેટલીક અનુકૂળતા રહે છે, કેટલીક પ્રતિકૂળતા. પ્રશ્ન એટલો જ છે કે કોણ કોને કેટલું મહત્ત્વ આપે છે. જે પોતાની પ્રતિકૂળતાઓ ઉપર જ વિચાર કરતા રહેશે, તેમને જ મહત્ત્વ આપે, તેમને પ્રતીત થશે કે તેઓ માત્ર મુશ્કેલીઓ વડે જ ઘેરાયેલા છે. તેથી તેમને દુઃખી રહેવું પડશે. આ મુશ્કેલીઓનું નિમિત્ત કારણ જે પણ પ્રતીત થશે, તેના ઉપર ખીજ રાખશે, ક્રોધિત રહેશે, અધિક સંપન્ન લોકોની સાથે પોતાની તુલના કરશે, તો પોતાના દુર્ભાગ્ય ઉપર ચીઠ ચડશે. આ સ્તરે પોતાની મનોભૂમિ બનાવી દેનારા સદાયે ક્ષુબ્ધ જ જોવામાં આવશે. તેમના સ્વભાવમાં ચીડિયાપણું આવી જશે અને જ્યારે પણ અવસર મળશે, ત્યારે પોતાની વ્યથા કે નારાજગી વ્યક્ત કરતાં, પોતાની માનસિક અસ્તવ્યસ્તતા પ્રગટ કરી રહ્યા હશે.

તેનાથી પ્રતિકૂળ જેણે પોતાની અનુકૂળતાઓ ઉપર વિચાર કરવાનો આરંભ કર્યો અને પોતાની તુલના, પછત લોકોની સાથે કરી, તેને લાગશે કે આપણે કરોડો લોકો કરતાં સારા છીએ. આપણી પાસે જે છે, તેને માટે લાખો-કરોડો તલસે છે. આ તથ્યને જે સમજી લેશે, તે પોતાને સદ્ભાગી માનશે અને સંતોષનો બહુ જ મોટો આધાર પ્રાપ્ત કરી લેશે. સર્વ સુવિધાઓ કોને મળી છે ? જેને દરેક સુવિધા મળે, તેને દેવતા યા ભગવાન કહી શકાય.

પ્રસન્નતા એક ઈશ્વરીય વરદાન છે અને તે દરેક સુસંસ્કૃત મનોભૂમિની વ્યક્તિને પ્રચૂર માત્રામાં ઉપલબ્ધ થઈ શકે છે. જેને શુભ જોવાની આદત છે, તે પ્રિયદર્શી સર્વત્ર આનંદ મંગલ જોશે. ઈશ્વરની અનુકંપા અને લોકોની સદ્ભાવના ઉપર વિશ્વાસ રાખશે. એવી દશામાં હસવા અને હસાવવા માટે તેની પાસે ઘણું હશે. પરંતુ જેને અંશુભ ચિંતનની આદત છે, બીજાના દોષ, દુર્ગુણ અને પોતાના

અભાવ, અવરોધ શોધવાની આદત છે, જે આ જ શોધમાં લાગ્યા રહે છે, જેને પ્રતિકૂળતાઓ દેખાય છે તેને વધારીને વિચારે છે, તેને પોતાની ચારે તરફ કેવળ દુષ્ટતા અને વિપન્નતા જ દેખાશે. તેવા લોકોને ક્ષુબ્ધ જ રહેવું પડે છે. તેઓ ગેરસમજ, ખિન્નતા અને ઉદ્વિગ્નતા જ અનુભવતા રહેશે. રોષ તેમની વાણીમાંથી અને અસંતોષ તેમની આકૃતિમાંથી ટપકતો રહેશે. એવી વ્યક્તિ સ્વયં દુઃખી રહે છે અને પોતાના સંપર્કમાં આવનાર બીજાને પણ દુઃખી કરતી રહે છે.

મનુષ્યજીવનની એક ભારે વિડંબના છે કે, તે સૃષ્ટિનો મુકુટમાણિ અને સંસારનાં સમસ્ત પ્રાણીઓની તુલનામાં અધિક સંપન્ન હોવા છતાં પોતાને દુર્ભાગ્યચ્ચસ્ત માને છે અને દુઃખી રહે છે. આ એકાંગી મનોભૂમિ અર્ધાંગ પક્ષઘાતના રોગીના જેવી છે, જેનું એક બાજુનું અર્ધું શરીર તો કામ કરે છે, પણ બીજી બાજુ નિર્બળતા, ઋગ્ણતા અને પીડાની સ્થિતિ બની રહે છે. આપણે આપણી પ્રતિકૂળતાઓ વિચારતા રહીશું તેના પ્રમાણમાં જ આપણો રોષ અને વિક્ષોભ વધારી દઈશું.

આપણે ક્રોધી, રિસાયેલા, અસંતુષ્ટ અને ક્ષુબ્ધ ન રહેવું જોઈએ. આનાથી મગજમાં નવી વિકૃતિઓ ઉત્પન્ન થાય છે અને વધારો થયા કરે છે. આગ જ્યાં હશે ત્યાં સળગાવશે. અસંતોષ જ્યાં રહેશે ત્યાં વિક્ષોભ પેદા કરશે અને તેનાથી સમગ્ર માનસિક બંધારણ હચમચી ઊઠશે. ચીડિયો માણસ એક પ્રકારનો પાગલ જ છે. દુઃખી, નિરાશ અને ચિંતિત રહેનારને, ચસકેલ અને મૂર્ખાઓની પંકિતમાં બેસાડી દેવાશે. એવી વ્યક્તિ પોતાના જ દુર્ગુણોથી પોતાની જાતને બાળતી અને નબળી પાડતી રહે છે અને અનેક શારીરિક તથા માનસિક રોગોથી ચ્ચસ્ત બની ધોર અશાંતિની ઉદ્વિગ્ન જિંદગી જીવે છે.

હસતા રહેવું એ એક દૈવી ગુણ છે, જેના ઉપર અમીરોની સુવિધાઓ ન્યોહાવર કરી શકાય છે. હસવાની ટેવ ચિત્તને હલકું બનાવે છે અને શરીરને નીરોગી, દીર્ઘજીવી અને સુંદર બનાવવાની સુવિધા ઉત્પન્ન કરે છે. પોતાનો સૌથી મોટો ઉપહાર એ જ હોઈ

શકે જે પ્રસન્ન રહી, સ્મિત મલકાટ અને હાસ્યની આદતને સ્વભાવનું અંગ બનાવી શકે. આ વ્યક્તિને આકર્ષક બનાવનારો બહુમૂલ્ય ગુણ છે. ખીલેલા ફૂલની આસપાસ જે રીતે પતંગિયાં અને મધમાખીઓ ગુંજ્યા કરે છે, તેવી જ રીતે હસતા-હસાવતા માણસની પાસે રહેતા માણસો અનાયાસ આકર્ષિત, પ્રભાવિત થયા જ કરે છે. પ્રસન્નતાની જરૂર સર્વને છે. હસવાનો આનંદ હર કોઈ લેવા ઈચ્છે છે. સ્મિત-મલકાટથી ફેલાતું સૌંદર્ય હર કોઈને ગમે છે. આ પ્રકારની આકૃતિ અને પ્રકૃતિ જે કોઈની પણ જોવામાં આવે છે, તેના તરફ લોકો ખેંચાઈ આવે છે. મીઠાઈ ખરીદનારા કંદોઈની દુકાને પહોંચે છે. હર્ષ અને ઉલ્લાસની, પ્રસન્નતા અને મલકાટની ભૂખ હર કોઈને પ્રસન્નચિત્ત મનુષ્યની પાસે ખેંચી લાવે છે. તેના મિત્રો, સમર્થકો, પ્રશંસકો અને સહયોગીઓની કમી નથી હોતી.

આપણે સર્વથા નિર્ધન અને અક્ષમ હોવા છતાં બીજાને નિરંતર બહુમૂલ્ય ભેટ આપી શકીએ છીએ, તે પ્રસન્નતાની અભિવ્યક્તિ જ છે. ચંદન પોતાની ચારે તરફ સુગંધ અને પુષ્પ પોતાની આસપાસ શોભા તથા સૌંદર્ય ફેલાવે છે. હસમુખ અને પ્રસન્નચિત્ત મનુષ્ય, પોતાના નજીકના વાતાવરણમાં, પરિવાર અને પરિચિતોમાં, હર્ષ-ઉલ્લાસની લહેરો ઉત્પન્ન કરતો રહે છે. સંસારમાં દુઃખ ઘણું છે, દુઃખીઓની કમી નથી. રોતા અને રોવડાવતા માણસોની ભીડ લાગી છે. ખિજાવા અને ખીજવવાવાળાની સંખ્યા અગણિત છે. શોધ તેઓની કરવામાં આવે, જે હસવા-હસાવવાની વિભૂતિઓ વહેંચતા, પોતાની આંતરિક સમર્થતા અને માનસિક પ્રૌઢતાનો પરિચય દઈ શકે. એવા લોકો જ સંસારમાં આનંદની અભિવૃદ્ધિ કરી શકે છે. તેમનું જ અનુદાન નજીકના લોકોની હૃદય કળીને ખીલવી શકે છે. મુશ્કેલીઓ પોતાના પુરુષાર્થથી હલ થાય છે, પણ બીજાને ઉલ્લાસ અને ઉત્સાહ પ્રદાન કરીને આપણે કોઈનું પણ ચિત્ત હલકું કરી શકીએ છીએ અને નિરાશ જીવનમાં આશાનાં નવાં કિરણો ફેલાવી શકીએ છીએ.

હસવું એ એક દૈવી ગુણ છે. હસાવવું એક ઉત્કૃષ્ટ સ્તરનો ઉપકાર છે. મલકાટો ચહેરો ભલે કાળો-કુરૂપ કેમ ન હોય; છતાં

અતિસુંદર લાગશે. પ્રસન્નતા એક આદત છે, જે થોડા સમયના નિરંતર અભ્યાસથી પોતાની અંદર પેદા કરી શકાય છે. પોતાની સુવિધાઓને જુઓ અને પ્રસન્ન રહો. શુભ અને પ્રિય જુઓ.

ઉજ્જવલ ભવિષ્યની કલ્પના કરો. સદ્ભાવના અને સત્ પ્રવૃત્તિઓનું ચિંતન કરીએ. આપણને હસવા માટે, પ્રસન્ન રહેવા માટે ઘણું બધું મળશે. જો આપણે હસવા હસાવવાનું જીવન જીવી શકીએ તો સમજવું જોઈએ કે આપણે એક સાચા કલાકાર જેવી મંગલમયી સફળતા અને ઉલ્લાસભરી ઉપલબ્ધિ પ્રાપ્ત કરી લીધી.

## ૧૯. પોતાનું જ નહીં, સમાજનું કંઈક હિત સાધવું જોઈએ

અન્ય જીવ પોતાની રીતે પૂર્ણ છે. પોતાની જરૂરિયાતો પોતાના બળના આધારે સ્વયં પૂરી કરી લે છે. આહાર, નિવાસ આદિને માટે તેઓ બીજા ઉપર નિર્ભર નથી, પણ મનુષ્યની સ્થિતિ એવી નથી. તેનો નિર્વાહ, વિકાસ અને સ્થાયિત્વ બીજાની આશા ઉપર પૂર્ણતયા આશ્રિત છે. અન્ય જીવોનાં બચ્ચાં જન્મના થોડા સમય બાદ પોતાના પગ ઉપર ઊભાં રહી જાય છે, પણ મનુષ્યનું બાળક દૂધ પીવા કે પડાનું ફરવા માટે પણ સમર્થ નથી હોતું. તેની વિભિન્ન વ્યવસ્થાઓ માતા ન કરે, તો જીવિત રહેવું સંભવ નથી. પોતાના પગ ઉપર ઊભા રહેવાલાયક તો તે વીસ-પચ્ચીસ વર્ષની ઉંમરે થાય છે. ત્યાં સુધી તેને વડીલો, મોટેરાંની કૃપા ઉપર અવલંબિત રહેવું પડે છે. ભોજન, વસ્ત્ર, ચિકિત્સા, શિક્ષણ, વિવાહ આદિનો પ્રબંધ તેઓ જ કરે છે. બોલતાં, વાત કરતાં તે બીજાનાં ઉચ્ચારણ સાંભળીને શીખે છે. શિક્ષણ બીજાના સંગ્રહિત જ્ઞાનને આધારે થાય છે. કોઈની છોકરી આવીને આપણું ઘર વસાવે છે. સારવાર માટે બીજાની જાણકારી ઉપર અવલંબિત રહેવું પડે છે. કલા-કૌશલ બીજા શિખવાડે છે. લાખો વર્ષોથી કરોડો મનુષ્યો દ્વારા ઉપાર્જિત અને સંગ્રહિત જ્ઞાન આપણને મળે છે અને ત્યારે કંઈક શીખી-સમજીને કોઈ યોગ્યતા પ્રાપ્ત કરી શકીએ છીએ.

રેલ, તાર, ટપાલ, પ્રેસ આદિ શોધખોળને આધારે આપણી સુવિધાઓ ટકી રહી છે. વ્યાપાર જે સાધનોથી ચાલે છે, તે અગણિત લોકોની સૂઝબૂઝનું પરિણામ છે, મહેનતનું પરિણામ છે. નાની એવી દીવાસળી બનાવવામાં જેટલાં યંત્ર, શ્રમ, સાધન અને જ્ઞાનની આવશ્યકતા પડે છે તેની એક એક પ્રક્રિયાનો વિકાસ લાખો-કરોડોના સહયોગથી જ સંભવ બને છે. જંગલો અને ગુફાઓમાં રહેનારા સાધુ મહાત્માઓને પણ વસ્ત્ર, માળા, કમંડળ, કુહાડી, દીવાસળી, કામળી, લાકડાની પાવડીઓ આદિની આવશ્યકતા પડે છે. તે વિના તેમનો નિર્વાહ નથી થતો. આ વસ્તુઓ પણ સમાજની અસંખ્ય વ્યક્તિઓના સહયોગ, શ્રમ તથા જ્ઞાનથી જ ઉપલબ્ધ બને છે. કહેવાનું તાત્પર્ય એટલું જ છે કે, મનુષ્યે જે કંઈ મેળવ્યું, કમાયો, વધાર્યું તે સર્વ બીજાના સહયોગ અને અનુગ્રહનું ફળ છે. મનુષ્ય પૂર્ણતયા સામાજિક પ્રાણી છે. તેની સ્થિતિ અને પ્રગતિ સર્વ કંઈ સામાજિક પરિસ્થિતિઓ ઉપર આધારિત છે. તે માટે તેનો સ્વાર્થ એમાં જ સમાયેલો છે, કે સામાજિક વાતાવરણ ઉત્તમ બની રહે. જો સમાજમાં કોઈ પ્રકારની ગરબડ ઉત્પન્ન થશે, તો તેનો પ્રભાવ પોતાની ઉપર પડ્યા વિના નહીં રહે. મહોલ્લામાં દુષ્ટ, દુરાચારી લોકો રહેતા હોય, તો આપણી આબરુ-ઈજ્જત પણ જોખમમાં આવી પડે છે. ગામમાં કોલેરા ફેલાય તો તેનો પ્રભાવ પોતાના ઘરમાં પણ જાન ઉપર જોખમ ઊભું કરશે. પાડોશીના છાપરામાં આગ લાગે, તો આપણું છાપરું પણ સુરક્ષિત નહીં રહે તેથી આપણે પોતાનાં બાળકોની રક્ષાને માટે સામાજિક જીવનના વાતાવરણને ઉત્કૃષ્ટ બનાવી રાખવું જોઈએ. એવા પ્રયત્નો એટલા માટે આવશ્યક છે, કે સમાજની સહાયતાથી આપણે અનેક સુવિધાઓ પ્રાપ્ત કરી છે. સ્થિરતા અને પ્રગતિનો ઉપહાર મેળવ્યો છે. તેના પ્રત્યુપકારમાં પ્રવૃત્ત થઈને પોતાની માનવોચિત કૃતજ્ઞતા પ્રગટ કરીએ. જેની પાસેથી કંઈક મેળવ્યું છે, તેને કંઈક આપવું પણ જોઈએ. ત્યારે ઋણમાંથી મુક્તિ મળે છે. સમાજસેવાને માટે કંઈક નિરંતર કરતા રહેવાનું વ્રત લઈને આપણે સમાજઋણમાંથી કોઈ પણ રીતે મુક્ત થવાનો પ્રયત્ન કરતા રહેવું જોઈએ.

પેટ-પ્રજનનના પ્રયત્નોમાં જીવનની બહુમૂલ્ય વિભૂતિ સમાપ્ત ન કરી દેવી જોઈએ. સ્ત્રીબાળકોની આવશ્યકતાઓ પૂરી કરતા રહેવામાં આપણી સંપૂર્ણ ક્ષમતાનો ખર્ચ ન કરવો જોઈએ. પેટ અને પરિવારની બહાર પણ આત્મીયતાનો વિસ્તાર થવો જોઈએ. આત્મવિકાસનો આ જ રસ્તો છે કે આપણી આત્મીયતાને વ્યાપક ક્ષેત્રમાં વિસ્તૃત કરીએ. બીજાના સુખને પોતાનું સુખ અને બીજાના દુઃખને પોતાનું દુઃખ માનીને કંઈક એવું પણ વિચારીએ, કંઈક એવું પણ કરીએ, જેથી બીજાનું દુઃખ ઘટે અને સુખ વધે. એટલું સામર્થ્ય કોઈનું નથી કે પોતાની સમગ્ર સંપત્તિ આપીને પણ લોકોના અભાવને પૂર્ણ કરી શકે. એ જ રીતે ૨૪ કલાકનો સમય લોકોની સેવા કરવામાં લગાવી દેવામાં આવે, તો પણ બહુ જ થોડા લોકોને થોડી જ આવશ્યકતાઓ પ્રાપ્ત થશે. આથી અન્ન, વસ્ત્ર, જળ, દવા આદિ વહેંચીને સમાજનું પછાતપણું કષ્ટ, અભાવ અને શોક દૂર કરવાની કલ્પના કરી શકાતી નથી.

સંસારનાં સર્વ કષ્ટ દુર્બુદ્ધિ અને દુષ્પ્રવૃત્તિઓનું પરિણામ છે. તેથી રોગના કારણને સમજીને મૂળ ઉપર જ કુદ્ધરાધાત કરવો જોઈએ. સમાજસેવાનો સર્વોત્તમ ઉપાય એ છે કે લોકોની વિચારણા અને પ્રવૃત્તિઓને અધોગતિની સ્થિતિમાંથી ઉગારીને ઉત્કૃષ્ટ, ઊર્ધ્વગામી બનાવી દેવી જોઈએ. લોકો પોતાનું વલણ અને ધરેડ બદલી નાંખે, તો પોતાની અંદર ભરેલા ભરપૂર સામર્થ્યના આધારે આપણે પોતે પછાતપણું અને કષ્ટોનું નિવારણ કરી શકીએ છીએ. આપણે આપણો સહયોગ તેઓની પ્રવૃત્તિઓને તે બાજુ વાળવા માટે આપવો જોઈએ. તેનું એવું નેતૃત્વ કરવું જોઈએ કે વિઘાતક પ્રવૃત્તિઓને છોડીને તેઓ રચનાત્મક પ્રવૃત્તિઓમાં રસ લેવા લાગે અને તેની ટેવ પાડીને આપણે અસંખ્ય લોકોનું ભલું કરી શકીએ છીએ.

આજે સંસારે ઉત્કૃષ્ટતાનાં આભૂષણો ઉતારી નાખ્યાં છે અને નિકૃષ્ટતાનો પાલવ પકડી લીધો છે. વિચારપદ્ધતિ અને કાર્યપ્રણાલીમાં નિકૃષ્ટતા ઘૂસી જવાને કારણે પ્રેત-પિશાચો જેવું જીવન બની ગયું છે અને સ્મશાન જેવું બિભત્સ વાતાવરણ બની ગયું છે.

ધીરે ધીરે આપણે અન્તર્દ્વન્દોમાં, ગૃહકલેશમાં, પરસ્પર ઉત્પીડનમાં મગ્ન થઈને સામૂહિક આત્મહત્યા તરફ આગળ વધી રહ્યા છીએ. આ પરિસ્થિતિમાં માનવજાતિની એક જ સેવા થઈ શકે કે લોકોને બુદ્ધિભ્રમ, અવિવેક અને અશુભ ચિંતનથી બચીને નીર-ક્ષીર વિવેકનો અને ઋતંભરા પ્રજ્ઞાનો આશ્રય લેવા માટે તત્પર કરવામાં આવે. આજની સ્થિતિમાં સમાજની આ સૌથી મોટી સેવા છે. વિચારક્રાંતિ જ વર્તમાન દુર્દશાને બદલીને ધરતી ઉપર સ્વર્ગનું અવતરણ સંભવિત કરી શકશે.

વિચારક્રાંતિને માટે આદર્શવાદી વિચારધારાનું પ્રતિપાદન કરતાં પુસ્તકાલયોની સૌથી મોટી આવશ્યકતા છે. જેનાથી જીવનને આદર્શમય બનાવી શકીએ અને સામયિક મુશ્કેલીઓ દૂર કરવાનો પ્રકાશ મળી શકે. એવાં પુસ્તકો, પત્રો, પત્રિકાઓ જ્યાં આવે છે, એ સાહિત્ય લોકો સુધી પહોંચાડી ને પરત લઈ શકે છે અને પોતાની કમાણીને ધન્ય બનાવી શકે છે. પૂર્વજની સ્મૃતિ કોઈને તાજી રાખવી હોય, તો તેના નામે પુસ્તકાલય સ્થાપિત કરવું જોઈએ. પરસ્પર હાનીમળીને ફંડ દ્વારા એવી સંસ્થા સ્થાપિત કરી શકાય છે. કોઈ એવો પ્રબન્ધ ન થઈ શકે તો વ્યક્તિગત રૂપથી “જોલા પુસ્તકાલય” બનાવીને ઘેર ઘેર એવું પ્રેરક સાહિત્ય પહોંચાડવાનું પુણ્ય પરમાર્થનું કાર્ય કરવું જોઈએ.

આપણા દેશમાં શિક્ષણની ભારે કમી છે. લોકો આજે પણ શિક્ષણની ઉપયોગિતા સમજી શક્યા નથી. ગામડાંમાં ઘણા લોકો પોતાનાં છોકરાંને ભણવા નથી મોકલતા. છોકરીઓને ભણાવવાનો રિવાજ ઓછો છે. આપણે ‘ટોળી’ બનાવી ઘેર ઘેર જવું જોઈએ અને શિક્ષણલાયક છોકરા-છોકરીઓને નિશાળે મોકલવાની પ્રેરણા આપવી જોઈએ. સરકારી અને બિનસરકારી સ્કૂલો ખોલવી જોઈએ. મોટી વયના પુરુષો અને મહિલા માટે ત્રીજા પ્રહરની અથવા રાત્રિ સમયની પ્રૌઢ પાઠશાળાઓ સ્થાપિત કરવી જોઈએ. નાણાં કે શ્રમનું દાન કરીને એવી શિક્ષણ સંસ્થાઓ લોકો દરેક જગ્યાએ ચલાવી શકે છે. આ કાર્યોને માટે સાર્વજનિક ધનસંગ્રહ પણ કરી શકાય છે.



કામમાં વ્યસ્ત વ્યક્તિ, આગળ ભણવા માટે સુવિધા પ્રાપ્ત કરી શકે, તેવી રાત્રિશાળાઓ તથા છાત્રોને માટે કોચિંગ સ્કૂલ દરેક જગ્યાએ ચાલવી જોઈએ. નાનાં બાળકો માટે દરેક મહોલ્લામાં શિશુમંદિર હોવાં જોઈએ. શિક્ષણનો જેટલો વિકાસ થઈ શકે, તેને માટે સરકારી અને બિનસરકારી બન્ને સ્તરે પૂરો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. આપણા ૮૦ ટકા દેશવાસીઓ અશિક્ષિત છે, તેમને સાક્ષર બનાવીને જ આપણે અવિવેક તથા રૂઢિવાદી ચુંગાલમાંથી કાઢી શકીએ છીએ.

સાંપ્રત સમયની સળગતી સમસ્યાઓનું સ્વરૂપ સમજવા અને તેનો ઉકેલ પ્રાપ્ત કરવા માટે વારંવાર દરેક સ્થળે વિચારગોષ્ઠિઓનું આયોજન થતું રહેવું જોઈએ, જેમાં પ્રશ્ન અને ઉત્તરના રૂપમાં આજની વ્યક્તિગત અને સામાજિક સમસ્યાઓનું નિરાકરણ સમજવાની સુવિધા સર્વ સાધારણ જનને મળી શકે.

સમાજ સેવાનું સૌથી પહેલું કાર્ય જનમાનસમાં વિવેકશીલતા જગાડવાનું છે. જેથી લોકો પોતાની અનિચ્છનીય આદતો અને અનીચ્છનીય રૂઢિઓને છોડીને ઔચિત્ય અપનાવી સન્માર્ગ ઉપર ચાલવા માટે તત્પર થઈ શકે. આ કાર્ય જે પ્રયત્નોથી થઈ શકે, તેને સર્વોત્તમ સમાજસેવા માની શકાય. આપણામાંથી દરેક ભાવનાશીલ વ્યક્તિએ મન દઈને આ પ્રકારનાં કાર્યોની વ્યવસ્થા કરવામાં સંલગ્ન થઈને પોતાનું પરમ પવિત્ર કર્તવ્યપાલન કરવું જોઈએ.

## ૨૦. સજ્જનતા અને મધુર વ્યવહાર -

### મનુષ્યતાની પહેલી શરત

કોના મનની અંદર શું છે તેનો પરિચય તેના વ્યવહારથી જાણી શકાય છે. જે દારૂ પીધા પછી કે લસણ ખાધા પછી આવ્યો હશે તેના મુખમાંથી દુર્ગંધ આવશે. એ જ રીતે જેની અંદર દુર્ભાવનાઓ, અહંકાર અને દુષ્ટતાનું હલકાપણું ભર્યું હશે તે બીજાની સાથે અભદ્રતાપૂર્ણ વ્યવહાર કરશે. તેની વાણીમાંથી કર્કશતા અને અસભ્યતા ટપકશે. બીજા સાથે એવી રીતે બોલશે કે જેમાંથી સામા માણસને હલકો બતાવાનો, ચીઢવવાનો, તેનો તિરસ્કાર કરવાનો અને

મૂર્ખ સિદ્ધ કરવાનો ભાવ ટપકશે. આવા લોકો બીજા ઉપર કોઈ મોટાઈની છાપ નથી છોડી જતા, ઊલટાના તિરસ્કૃત, ધૂણાસ્પદ અને દ્વેષના ભાગીદાર બની રહે છે. કટુવચન મર્મભેદી હોય છે. તે જેમના ઉપર છોડવામાં આવે છે, તેને તરફગ્રવી નાંખે છે અને સદાને માટે શત્રુ બનાવી દે છે. કટુભાષી નિરંતર પોતાના શત્રુની સંખ્યા વધારે છે અને મિત્રો ઘટાડે છે.

બીજાની સાથે અસજ્જનતા અને અશિષ્ટતાનો વર્તાવ કરીને કેટલાક લોકો એમ વિચારે છે કે તેનાથી મોટાઈની છાપ પડશે, પણ થાય છે તેનાથી ઊલટું. તિરસ્કારપૂર્ણ વ્યવહાર કરનાર વ્યક્તિને ધમંડી અને અધૂરી સમજવામાં આવે છે. કોઈના મનમાં તેના પ્રત્યે આદર નથી રહેતો. આશ્રિત પરિવારના સભ્યો અને કોઈ સ્વાર્થસિદ્ધિ માટે કાનભંભેરણી કરનારાઓ સિવાય કોઈને તેનામાં રસ નથી રહેતો. ઉદ્ધત સ્વભાવની વ્યક્તિ પોતાના દોષ પોતે ભલે ન સમજે, બીજા લોકો તેને છીછરો તથા હલકો માને છે અને ઉદાસીનતા, ઉપેક્ષાનો વ્યવહાર કરવા લાગે છે. સમય આવ્યે તેવી વ્યક્તિ કોઈને પોતાનો સાચો મિત્ર બનાવી શકતી નથી અને અણીને સમયે કોઈ તેને કામમાં નથી આવતું, સાચું તો એ છે કે મુસીબતના સમયે તે બધા લોકો રાજી થાય છે. જેને ક્યારેક તિરસ્કાર સહન કરવો પડ્યો હોય તેઓ એવે સમયે બદલો લેવાની અને મુશ્કેલી વધારવાની વાત વિચારે છે.

આપણે સંસારમાં રહેવું હોય તો યોગ્ય વર્તાવ કરતાં પણ શીખવું જોઈએ. સેવા-સહાયતા કરવી તે તો પછીની વાત છે, પણ એટલી સજ્જનતા તો દરેક વ્યક્તિમાં હોવી જોઈએ કે જેની સાથે કામ પડે તેની સાથે નમ્રતા અને સદ્ભાવના સાથે મીઠાં વચન બોલીએ. થોડીવાર માટે કોઈને મળવાનો અવસર આવે, ત્યારે શિષ્ટાચારથી વર્તીએ. તેમાં નાણાંનો ખર્ચ નથી કે સમયનો વ્યય નથી. જેટલા સયમાં કટુ વચન બોલી શકાય છે, અભદ્ર વ્યવહાર કરી શકાય છે, તેનાથી બહુ થોડા સમયમાં મધુર અને શિષ્ટ રીતે વર્તી શકાય છે. જે વાત કડવાશ અને શુષ્કતાની સાથે કહેવામાં આવી

હતી તેને જ મીઠાશની સાથે એટલી જ વારમાં કહી શકાય છે. ઉદ્ધત સ્વભાવ બીજા ઉપર ખરાબ છાપ છોડી જાય છે. તેનું પરિણામ પણ ક્યારેક ખરાબ જ આવે છે. અકારણ પોતાના શત્રુ વધારવા એ કોઈ બુદ્ધિમાની નથી. આ પ્રકારના સ્વભાવની વ્યક્તિ અંત સુધી ખોટમાં રહે છે. જેની સાથે દુર્વ્યવહાર કરવામાં આવ્યો તે એકલો જ નાખુશ નથી થતો, પરંતુ જેણે તે પ્રસંગ જોયો છે, સાંભળ્યો છે, તેઓ પણ દુઃખી અને અપ્રસન્ન થાય છે, ઉદ્ધતાઈની અધૂરાપણાની છાપ એ સાંભળનાર તથા જોનારા ઉપર પડે છે અને તેઓ પણ એવી વ્યક્તિને નીચ સ્તરની માને છે. તેવા લોકો કોઈનું સાચું સન્માન નથી પામતા અને તેના વિના સહયોગ પણ કેવી રીતે મળે ? એકાકી મનુષ્ય, જેને બીજાનો સહયોગ ન મળી શકે, તે ક્યારેય મોટી પ્રગતિ નહીં કરી શકે.

શ્રેષ્ઠ, ઉદાર અને સજ્જન પ્રકૃતિનો મનુષ્ય સદા યે બીજાનો આદર કરે છે અને દરેક સાથે સન્માન અને મીઠાશભર્યા શબ્દો બોલે છે. તેમાં તેનું કંઈ જતું નથી, પોતાની મોટાઈની છાપ જ બીજા ઉપર પડે છે. ઉદ્ધતાઈથી નહીં, સૌજન્યથી આપણે બીજાનો આદર મેળવી શકીએ છીએ, આપણા બનાવી શકીએ છીએ અને એવા જ શિષ્ટ વ્યવહારની આશા તેઓ પાસેથી રાખી શકીએ છીએ. સજ્જનતામાં જ મનુષ્યની વાસ્તવિક મોટાઈ છુપાયેલી છે. તેનું પ્રમાણ મધુર વચનો અને શિષ્ટ વ્યવહારથી જ મળે છે. આ સંસાર કૂવાની જેમ અવાજનો પડધો પાડે છે. જેવો વ્યવહાર આપણે બીજા સાથે કરીએ છીએ લગભગ તેવી જ પ્રતિક્રિયા તેઓ તરફથી આપણને પ્રાપ્ત થાય છે. કટુવાદી, અહંભાવી અને તિરસ્કારપૂર્ણ વ્યવહાર કરનારા લગભગ એવો જ વ્યવહાર બદલામાં મેળવે છે. બની શકે કે તત્કાલ કોઈ કારણવશાત્ લોકો એવો વર્તાવ ન કરે, પણ તેમના મનમાં તે જ ભાવ બમણા-ચારગણા વેગથી અવશ્ય ઊઠશે. સારું ધાત કે લગઈ-ઝઘડના રૂપમાં આ ભાવો તત્કાલ નીકળી જાત, પણ જો તે દબાયેલા પડયા રહેશે તો કાલાંતરે વ્યાજ સહિત છૂટશે. ત્યારે તે વધુ ધાતક સિદ્ધ થશે. કટુ વ્યવહારની જે ધાતક પ્રતિક્રિયા બીજા

ઉપર થાય છે તે ફરીને પાછી અંતમાં પોતાની ઉપર જ આવે છે. આપણે બીજાને તિરસ્કૃત, અપમાનિત કરીને વસ્તુતઃ આપણને જ તિરસ્કૃત, અપમાનિત કરીએ છીએ. આપણી જ અધૂરાઈ અને વ્યક્તિત્વને દુનિયા સામે પ્રસિદ્ધ કરીએ છીએ.

સજ્જનતા મનુષ્યતાનું બીજું નામ છે. જેનામાં સજ્જનતા નથી તેને નરપશુ જ કહેવો જોઈએ. આપણે સાચા અર્થમાં મનુષ્ય છીએ, તેને પ્રમાણિત કરવા માટે જ સજ્જનતાની નીતિરીતિ અપનાવવી જોઈએ. તેનો આરંભ મધુર ભાષણ, વિનમ્ર શિષ્ટ વ્યવહારથી થાય છે. નાના કે મોટા કોઈની પણ સાથે વાત કરવી હોય તો આપણે એ ન ભૂલવું જોઈએ કે, કડવાં કે હલકાં વચનો બોલીને બીજાને તિરસ્કૃત કરી રહ્યા નથી ને ? જો તેમ કરતા હઈશું તો પોતાને જ હલકા સિદ્ધ કરીશું. પહેલાં આપણે આપણી ચિંતા કરવી જોઈએ. આપણો સ્વભાવ, સ્તર અને અભ્યાસ નીચો ઉતારી ગમે તેની નિંદા કરી હોય તે પોતાના માટે મોંઘી જ પડશે. બીજા લોકો ગંદા છે તો આપણે શા માટે ગંદા બનવું ? આપણે આપણું સ્તર હર હાલતમાં ઉચ્ચ કક્ષાનું રાખવું જોઈએ અને જેને પણ, જે કંઈ પણ કહેવું હોય તે કહીએ, તો પણ સજ્જનતા અને શિષ્ટતાની ભાષામાં જ બોલીએ. સારા શબ્દોમાં પણ દરેક ભલીબૂરી વાત કહી શકાય છે. આ કળાને શીખી લેવી એ ભલમનસાઈનું પ્રથમ ચિહ્ન છે.

ઘરમાં નાનાં બાળકોને પણ 'તમે', 'આપ' કહીને બોલાવવાં જોઈએ. જ્યાં જરૂર હોય, ત્યાં નામની સાથે 'જી' લગાડવો જોઈએ. 'તું' શબ્દ અધિક નિકટવર્તી સ્ત્રી, પુત્ર, પૌત્ર વગેરે માટે ચાલી શકે. તેમાં આત્મીયતાનો ભાવ માનવામાં આવે છે, પણ દોષ એમાં એક છે કે આપણી આદત બગડી જાય છે. બીજા લોકો એવા છે, જેમને 'તું' સંબોધન કરી શકાય છે તેઓ બીજાને પણ દેખાદેખીમાં 'તું' જ સંબોધન કરશે. આવશ્યકતા એ વાતની છે કે મનુષ્ય માત્ર બીજાની ઉમર, શિક્ષણ, ધન અથવા પદનો વિચાર કર્યા વિના એક બીજા પ્રત્યે નમ્રતા અને આદરભર્યા વ્યવહાર અને વાર્તાલાપ કરે.

જ્યારે આપણે કોઈને મળીએ કે કોઈ આપણને મળે ત્યારે

પ્રસન્નતા વ્યક્ત કરવી જોઈએ. મલકાટ સાથે અભિવાદન કરવું જોઈએ અને આવો-બેસો કહી, કુશળ સમાચાર પૂછવા અને સાધારણ શિષ્ટાચારપૂર્વક આવવાનું કારણ પૂછવું અને બતાવવું જોઈએ. જો સહયોગ આપી શકાતો હોય તો તેમ કરવું જોઈએ. અન્યથા પોતાની પરિસ્થિતિ સ્પષ્ટ કરતાં સહયોગ નહીં આપી શકવા બદલ દુઃખ વ્યક્ત કરવું જોઈએ. આ જ રીતે જો બીજું કોઈ સહયોગ ન આપી શક્યું હોય તો તેનો સમય લેવા બદલ અને સહાનુભૂતિ રાખવા બદલ ધન્યવાદ આપવા જોઈએ તથા નારાજગી અને અવિશ્વાસ એવી હાલતમાં પણ વ્યક્ત ન કરવાં જોઈએ. સાધારણ પૂછપરછનો ઉત્તર પણ મીઠા અને સહાનુભૂતિપૂર્ણ શબ્દોમાં જ આપવો જોઈએ. શુષ્ક, કર્કશ, ઉપેક્ષાપૂર્ણ અથવા ગુસ્સાથી, તિરસ્કારભર્યાં ઉત્તર દેવો, એ બેશરમ અને ગમારને જ શોભા આપે ! આપણે સ્વયંને આ પંક્તિમાં ન મૂકવા જોઈએ.

મોટાં જે વ્યવહાર કરશે એવું જ અનુકરણ બાળકો શીખશે. જો આપણે આપણાં બાળકોને અશિષ્ટ અને ઉદંડ બનાવવાં હોય તો આપણે અસત્ય વ્યવહારની આદત પાડવી. નહીંતર ઔચિત્ય એમાં જ છે કે આવંશ, ઉત્તેજના, ઊંકળી ઊંઠવુ, ક્રોધમાં લાલપીળા થવું, અશિષ્ટ વચન બોલવાં અને અસત્ય વ્યવહાર કરવાનો દોષ, જો પોતાની અંદર અલ્પ માત્રામાં પણ હોય, તો તેને હટાવવાને માટે કડકાઈથી પોતાના સ્વભાવ સાથે સંઘર્ષ કરવો અને ત્યારે જ વિરામ લેવો, જ્યારે આપણામાં સજ્જનતાની પ્રવૃત્તિનો સમુચિત સમાવેશ થઈ જાય.

આપણે આપણી અને બીજાની દૃષ્ટિમાં સજ્જનતા અને શાલીનતાથી પરિપૂર્ણ એક શ્રેષ્ઠ મનુષ્યની જેમ પોતાનું આચરણ અને વ્યક્તિત્વ બનાવી શકીએ, તો સમજવું જોઈએ કે મનુષ્યતાની પ્રથમ પરીક્ષામાં ઉત્તીર્ણ થઈ ગયા. તેની આગળના પગલાં નૈતિકતા, સેવા, ઉદારતા, સંયમ, સદાચાર, પુણ્ય તથા પરમાર્થનાં છે. તેમાં પણ પ્રથમ એક આવશ્યક શરત છે કે આપણે સજ્જનતાની સામાન્ય પરિભાષા સમજીએ અને અપનાવીએ, જેમાં મધુર ભાષણ અને વિનમ્ર, શિષ્ટ અને મૃદુ વ્યવહાર અનિવાર્ય થઈ જાય છે.

## ૨૧. સાહસ વધારો - ઔચિત્ય અપનાવો

ભય આપણી સ્થિરતા અને પ્રગતિમાં સૌથી મોટી અડચણ છે. કેટલાંયે કામ એવાં છે, જે બહુ જ સરળતાથી થઈ શકે છે, પણ ભાવિ મુશ્કેલીઓ, અસુવિધાઓ અને અવરોધોની મિથ્યા કલ્પના કરીને આપણે આગળ કદમ ભરવાની હિમ્મત જ નથી કરતા અને જે સહજમાં ઉઠાવી શકાય તેવા લાભથી અકારણ જ વંચિત રહી જઈએ છીએ.

આંતરિક દુર્બળતાનું મોટું પ્રમાણ મનુષ્યની ભીરુતા છે અને કાયર મનુષ્ય તેનાથી અકારણ ડરે છે. જે વાતાંનો હસતાં-રમતાં સામનો કરી શકાય છે, કે સહન કરી શકાય છે, તેની ભયંકર કલ્પના કરીને ડરપોક વ્યક્તિ રાઈનો પર્વત બનાવી દે છે અને પછી તે સ્વનિર્મિત ભૂતથી ડરી ડરીને પ્રાણ સૂકવી નાખે છે. ભીરુતા એક માનસિક રોગ છે અને તે એટલો કષ્ટકારક છે કે તાવ, ઝાડા, ઉધરસ, દમ આદિ કરતાં શરીરને અધિક ક્ષતિ પહોંચાડે છે. મન તો તેને કારણે હર ઘડી ઉદ્વિગ્ન રહે છે. ધ્યાનથી જોવામાં આવે તો, જો આશંકા મૂર્તિમાન થઈ જાય, તો તેનાથી એટલી વિપત્તિ નથી આવતી, જેટલી કે કલ્પના કરવામાં આવી હતી.

આપણે શારીરિક ઋગ્ણતા અને દુર્બળતાની જેમ માનસિક દુર્બળતાથી બચવું જોઈએ. કાયાનું કષ્ટ પોતાના અંગની પીડાને જોઈને સમજી શકાય છે. માનસિક અસ્વસ્થતાની કસોટી તે આધારે કરવી જોઈએ કે ક્યાંક આપણું ચિત્ત વિક્ષુબ્ધ કે ઉદ્વિગ્ન તો નથી રહેતું ? જો એવું હોય તો આપણી જાતની જ આપણે નિંદા કરવી જોઈએ અને એવા બહાદુરની સાથે તુલના કરવી જોઈએ કે જેઓ ભયંકર વિપત્તિઓ સામે સંતુલન ગુમાવતા નથી, સ્થિર રહીને સાહસપૂર્વક સામનો કરી અંધકારને પ્રકાશમાં બદલી નાંખે છે.

અવરોધ દરેક કાર્યમાં આવે છે. પ્રગતિનું કોઈ ક્ષેત્ર એવું નથી, જ્યાં સહેજમાં જ ધારેલી ઉપલબ્ધિઓ પ્રાપ્ત થઈ જાય. કોઈ વર્ગના મનુષ્ય એવા નથી, જેમનામાં માત્ર સજ્જનતા જ ભરેલી હોય.

ઘટનાક્રમ આપણી અનુકૂળતા પ્રમાણે બને એવો કોઈ નિયમ આ સૃષ્ટિમાં નથી. પ્રતિકૂળતા અને વિપરીત સંજોગો સામે ટકરાઈને પોતાના માટે રસ્તો બનાવવાની પ્રક્રિયા આગળ વધારવા ઈચ્છતા દરેક મનુષ્યે અપનાવવી પડે છે. દુર્જનોને અનાયાસ સજ્જન બનાવી શકાતા નથી, પરંતુ તેમને વારંવાર નરમગરમ કરવા પડે છે. તેમના આતંકની ઉપેક્ષા કરીને સાહસપૂર્વક તેમને તે બતાવવું પડે છે, કે તેમની જ મરજી સર્વ કંઈ નથી. ન્યાય અને ઔચિત્યનું પણ કોઈ સ્થાન છે. આતંકની વ્યર્થતા અને ઔચિત્યની સમર્થતાનો અનુભવ કરાવ્યા વિના દુર્જનોને સાચે રસ્તે લાવવાનો બીજો કોઈ માર્ગ નથી, પણ આના પર ફક્ત સાહસિક લોકો જ ચાલી શકે છે. ડરપોક તો પોતાની કાયરતાને ભાગ્યના પડદા પાછળ છુપાવીને કલ્પાંત કરતા રહે છે.

પ્રતિકૂળતાને અનુકૂળતામાં બદલવા માટે પુરુષાર્થ કરવો પડે છે. નિર્ધનતાને સંપત્તિમાં કઠોર પરિશ્રમ વિના કેવી રીતે બદલી શકાય ? દુર્બળ શરીરને પરિપુષ્ટ બનાવવા માટે સ્વાસ્થ્ય સાધના કરવી પડે છે અને અશિક્ષિત, અવિકસિત મગજને વિદ્વાનો, મનીષીઓ જેવું સુવિકસિત બનાવવું હોય, તો મનોયોગપૂર્વક તપ અને અધ્યયન કરવું પડે છે. જેનામાં આવા પ્રકારનું પરાક્રમ કરવાની હિંમત ન હોય, તેમને માટે સફળતા અને સંપત્તિનાં બધાં જ દ્વાર સદાને માટે અવરોધાયેલાં જ રહેશે.

ઈશ્વર તેઓની સહાયતા કરે છે જેઓ પોતાને સહાય કરવા ઊભા થાય છે. કહેવાય છે કે હિંમતવાળાને પહાડ પણ રસ્તો કરી આપે છે. માનવીય અંતરાત્મામાં અપાર શક્તિના સ્રોત અને સામર્થ્યના ભંડાર ભરેલા છે, પણ તેને જગાડવા માટે સાહસનું બળ જોઈએ. સંસારના અગણિત મહાપુરુષોની જીવનગાથા વાંચીને એવા નિષ્કર્ષ ઉપર પહોંચવું પડે છે કે જન્મજાત સિદ્ધિઓ લઈને કોઈ આવ્યું ન હતું. હર એકને મુશ્કેલ પરિસ્થિતિઓ સાથે ધૈર્યપૂર્વક જાતે લડવું પડ્યું છે અને પોતાનો રસ્તો, પોતાને હાથે જ બનાવવો પડ્યો છે. પોતાની મંજિલ પર પોતાના પગે ચાલીને પહોંચવું પડ્યું છે. બીજાએ તો ત્યારે સહયોગ આપ્યો છે, જ્યારે તેઓએ જોઈ લીધું કે

તેમાં બહાદુરી ઓછી નથી. જ્યારે લોકો કોઈમાં કાયરતા ભરેલી જુએ છે તો સહજમાં અનુમાન લગાવી લે છે કે તેની નાવ પાર પહોંચવાની નથી. ડૂબાવાળાની સાથે કોણ પોતાની સહાયતા ડુબાડવાનું પસંદ કરશે ? એવા લોકોને દરેક દિશામાંથી અસહયોગ જ મળે છે. જો કે આ સંસારમાં ઉદાર સહાયતાની પણ કમી નથી.

આપણી અંદર અનેક દોષદુર્ગુણો ભરેલા હોય છે, જો તેમને જેમના તેમ રહેવા દેવામાં આવે; ઉખેડવાની હિંમત ન કરવામાં આવે તો નિશ્ચય જ પોતાનું વ્યક્તિત્વ અધૂરું જ રહેશે. તેને બજારમાં કોડીના ભાવે પણ કોઈ નહીં ખરીદે. શોષકોનો એક વિશાલ ઘેરો આપણી ચારે તરફ ઘેરાયેલો પડ્યો છે, જે ઉચિત કે અનુચિત લાભો જ લેવા માગે છે, પરંતુ બદલામાં સહાનુભૂતિ કે કૃતજ્ઞતા પણ વ્યક્ત કરવા માગતા નથી. તેમની જાળમાં જો એમ જ ફસાયેલા પડ્યા રહીશું તો હાડમાંસ કંઈ બચવાનું નથી. ઔચિત્યનું પ્રતિપાદન અને અનીતિનો પ્રતિરોધ જો નહીં કરવામાં આવે તો પછી ન્યાયની આશા ના રાખવી જોઈએ અને પોતાની જાતને તે શોષણમાં જ ચુસાવા માટે તૈયાર રાખવી જોઈએ.

જો ન્યાય અને ઔચિત્યની આકાંક્ષા હોય તો આપણી મુશ્કેલીને સાહસપૂર્વક કહેવી જોઈએ. કહેવું જ પૂરતું નહિ, સુધારા માટે પણ અડગ રહેવું જોઈએ. પરિવર્તન આ રીતે જ થતાં રહે છે, આગળ થશે; પણ આ હિંમતવાળાનું કામ છે. કાયર તો ઘાણીમાં પીલાતા તલની જેમ પોતાનાં હાડકાંપાંસળાંમાંથી તેલ કઢાવવા જ જન્મે છે અને મરે છે. ભાગ્ય પણ માત્ર બહાદુરોને સહાયતા કરે છે. કાયરોની વાત સાંભળવાની કદાચ તેને પણ ફરસદ નથી.

નૈતિક અનાચાર, રાજનૈતિક ભ્રષ્ટાચાર અને સામાજિક કુરિવાજોનો એક ચક્રવ્યૂહ જાણે કે બની ગયો છે. તેને તોડવામાં નહીં આવે તો આપણે બધાએ રોતાં, કલ્યાંત કરતાં જ દિવસો ગુજારવા પડશે. હિંમત ન કરી, અનૈચિત્યનો વિરોધ ન કર્યો તો આ સઘન અંધકાર એમ જ હજારો વર્ષો સુધી ચાલતો રહેશે. ધર-પરિવારના લોકોને પોતપોતાનું કર્તવ્ય પાળવા માટે સંકેત ન કર્યો



તો તેમાંથી એવી અનિચ્છનીયતા જામી જશે કે શ્વાસ ધૂંટાવા જેવી દશા સહન કરવી મુશ્કેલ થશે. દરેક અનિચ્છનીય સ્થિતિ બદલાઈ શકે છે, પણ તેના સુધાર અને પ્રતિરોધની આવશ્યકતા પડશે જ.

પ્રચલિત રૂઢિને બદલ્યા વિના આપણું વર્તમાન માયામોહભર્યું જીવન શ્રેષ્ઠતા અને આદર્શવાદિતાને અનુરૂપ નહીં ઢાળી શકાય. શરીરની આદતો, મનની અભિરુચિ, તૃષ્ણા-વાસનામાં ડૂબેલી ગતિવિધિઓ જીવનની બરબાદી જ કરશે. આત્મિક ઉત્કર્ષને માટે કોઈ નવી રૂઢિ, કોઈ નવો ક્રમ, કોઈ નવી નીતિરીતિ અપનાવવી પડે છે. તેથી પોતાને પણ અનોખું લાગે અને ઘરવાળાં પણ વ્યંગ વિનોદ કરે છે. જો આ પરિવર્તન માટે સાહસ એકદું નહીં કરીએ તો તેની તે જ જૂની જિંદગી અસ્તવ્યસ્ત રીતે જીવવી પડશે.

મગજમાં કોણ જાણે કેટલાયે પ્રકારના અસંબંધ, નિરંકુશ અને અયોગ્ય વિચાર ચિરકાલથી એવો અજ્ઞો જમાવીને બેઠા છે કે હવે તેમના પ્રત્યે મોહ અને પક્ષપાત પણ જોડાઈ ગયો છે. એવું સૂઝતું જ નથી કે તેમાં પણ કંઈક અનોખિત્ય છે. બીજાને જે રૂઢિના ચીલામાં ચાલતા દેખીએ છીએ તેની ઉપર જ ચાલવાની પોતાને ઈચ્છા થાય છે. ઉચિત અનુચિતનો વર્ણભેદ કોણ કરે ? જે ચાલ્યું આવે છે, તે ઉચિત છે. આ માનસિક આળસથી આપણી મનોભૂમિનો અધિકાંશ ભાગ મૂઢતા અને અવિવેકભર્યા વિચારોથી જ ઘેરાઈ ગયો છે અને આપણે એવી રીતિનીતિ અપનાવ્યા કરીએ છીએ કે જે પોતાને ભલે સારી લાગે, પરંતુ દરેક વિચારશીલ માણસ તેને અશોભનીય અને અગ્રાહ્ય જ પ્રતિપાદિત કરશે. જો ઔચિત્ય અને ન્યાયપૂર્ણ માન્યતાઓ અપનાવવી હોય તો નીરક્ષીર વિવેકની નીતિરીતિ અપનાવવી પડશે અને જે અયોગ્ય છે તેને છોડવા માટે અને યોગ્ય છે તેને ગ્રહણ કરવા માટેનું સાહસ એકદું કરવું પડશે.

હિંમત એક આધ્યાત્મિક ગુણ છે, જે દરેક પ્રગતિશીલે અપનાવવો જ ઉચિત છે. આપણે આપણા સ્વરૂપને સમજીએ, નિર્મળ રહીએ, પ્રગતિને માટે પુરુષાર્થ કરવા અને અનોખિત્ય સામે ઝઝૂમવાને માટે સાહસપૂર્વક કટિબંધ થઈએ તેમાં જ આપણી મહાનતા છે.

## ૨૨. આળસ ત્યાગો - સુસંપન્ન બનો

નાના એવા બીજમાં વૃક્ષની વિશાળતા સૂક્ષ્મ રૂપે છુપાયેલી રહે છે. તે જ રીતે માનવજીવનની મહાન સંભાવનાઓ તેની શ્રમશીલતા ઉપર આધારિત છે. અગણિત વિભૂતિઓ, સમૃદ્ધિઓ, સફળતા અને મહાન સંભાવનાઓ માનવજીવનમાં સમાયેલી છે, પણ સર્વ સુષુપ્ત રૂપમાં પડી છે, તેમને જગાડવાને માટે શ્રમશીલતાની આવશ્યકતા છે. જેને પરિશ્રમ પ્રત્યે પ્રેમ છે, જે મહેનત કરવામાં, વ્યસ્ત રહેવામાં રસ લે છે તે કોઈ પણ દિશામાં આશાજનક પ્રગતિ કરી શકે છે. જે પરિશ્રમથી દૂર ભાગે છે તેને માટે પ્રગતિનાં સર્વ દ્વાર બંધ થઈ જશે.

આળસ અને દુર્ભાગ્ય એક જ વસ્તુનાં બે નામ છે. જે આળસુ છે, શ્રમ કરવાનું મહત્ત્વ સમજતો નથી, સમયનું મૂલ્ય જાણતો નથી, તેવા મનુષ્યને કોઈ સફળતા મળતી નથી. સૌભાગ્યનો પુરસ્કાર તેઓને માટે સુરક્ષિત છે જેઓ તેનું મૂલ્ય ચૂકવવા માટે તત્પર છે. આ મૂલ્ય કઠોર શ્રમના રૂપમાં ચૂકવવામાં આવે છે. સમય જ ભગવાનની આપેલી સંપદા છે. આપણો દરેક શ્વાસ બહુ મૂલ્યવાન છે. જો મળેલી ક્ષણોનો સારી રીતે ઉપયોગ કરતા રહેવામાં આવે તો ટીપે ટીપે ઘડો ભરાય તેમ અગણિત સફળતાઓ અને સમૃદ્ધિઓ અનાયાસ જ એકઠી થવા લાગશે, પણ જો સમયને જ આળસમાં વ્યર્થ ગુમાવ્યા કરીશું તો કાણા વાસણમાંથી ટીપું ટીપું દૂધ નીકળી જાય તેવી દુર્ગતિ થશે. આપણે સુખસુવિધાઓ અને સમૃદ્ધિઓથી વંચિત રહી જઈશું અને માત્ર દરિદ્રતા તેમજ દુર્ભાગ્યસભર પશ્ચાત્તાપ હાથમાં રહી જશે. વિજયરૂપી લક્ષ્મી કેવળ પુરુષાર્થીને જ પસંદ કરે છે. આળસુનું ભવિષ્ય તો કેવળ દુર્ભાગ્યનાં રોદણાં રડવા માટે જ છે. ભગવાને મનુષ્યજીવનમાં અસંખ્ય મહાન સંભાવનાઓનો સમાવેશ કર્યો છે. દરેક ક્ષેત્રમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરવાની સુવિધા પ્રસ્તુત કરી છે, પણ સાથે એક નિયંત્રણ રાખ્યું છે કે આ વિભૂતિઓનો લાભ સત્પાત્રો જ ઉપલબ્ધ કરે. સત્પાત્રતાનું પહેલું ચિહ્ન છે શ્રમશીલતા. કેટલાયે અનૈતિક અને દુરાચારીઓ પણ સફળતા પ્રાપ્ત કરી લે છે,

ભલે પછીથી તેમને કુમાર્ગામિતાનો દંડ ભોગવવો પડે પણ સંસારમાં એકેય ઉદાહરણ એવું નહીં મળે જેમાં પરિશ્રમ વિના મોટી સફળતાઓ મળી હોય. આથી સદ્ગુણોની પંક્તિમાં નૈતિકતા કરતાં પહેલો નંબર શ્રમશીલતાનો આવે છે.

જેને પોતાનું ભવિષ્ય ઉજ્જવળ બનાવવામાં રસ હોય, જેને કોઈ મહત્ત્વપૂર્ણ સફળતાઓ મેળવવી હોય તેમણે કઠોર પરિશ્રમ કરવાની આદત કેળવવી જોઈએ અને સમયની એક એક ક્ષણે વ્યસ્ત રહેવું જોઈએ. પ્રગતિશીલ રાષ્ટ્રોના નાગરિકો ખૂબ પરિશ્રમી હોય છે. જે સમાજોએ પોતાનું વર્ચસ્વ પ્રતિપાદિત કર્યું છે, તેમનો જાતિગત ગુણ કઠોર પરિશ્રમમાં રસ લેવાનો હોય છે. જે વ્યક્તિઓએ ઉત્કર્ષ કર્યો છે, તેમણે પોતાની એકેએક ક્ષણ સખત મહેનત સાથે ગુજારી છે.

આળસુનું ભવિષ્ય અંધકારપૂર્ણ છે. જેને શ્રમ કરવામાં રુચિ નથી, જે મહેનતથી ડરે છે, જેને એશઆરામ જ પસંદ છે, જે સમયને જેમતેમ કરીને અસ્તવ્યસ્ત કર્યા કરે છે, સમજવું જોઈએ કે દુર્ભાગ્ય તેની પાછળ લાગી ગયું. તે કંઈ સિદ્ધિઓ પ્રાપ્ત કરતો તો નથી, પરંતુ સંજોગવશાત્ વારસામાં કંઈ મળી ગયું હોય તે પણ સ્થિર નહીં રાખી શકે. કહેવાય છે કે લક્ષ્મી આળસુના ઘેર નથી રહેતી અને ગરીબી ત્યાં જ માળો બનાવે છે જ્યાં આળસની સઘનતા છવાયેલી રહેતી હોય.

સંસારમાં અનેક મહત્ત્વપૂર્ણ વ્યક્તિઓએ અનેક મહાન સફળતાઓ પ્રાપ્ત કરી છે. તેઓમાં ખરેખર તો કોઈ વિશેષતા કે પ્રતિભા ન હતી. સામાન્ય મનુષ્યો જેવું જ શરીર અને મન તેઓનું પણ હતું, પણ એક ગુણ તેઓએ પોતાનામાં ઉત્પન્ન કર્યો-શ્રમમાં રસ લેવો અને નિરંતર મહેનતમાં સંલગ્ન રહેવું. બસ, આ એક ગુણથી પોતાની પ્રતિભાને ચમકાવી, અનેક સદ્ગુણો પેદા કર્યા અને વિદ્યા, બુદ્ધિ, ધન, સ્વાસ્થ્ય, સહયોગ અને સુવિધા-સાધનોથી તેને ભરપૂર બનાવી દીધા. જે કામને આપણે મહેનત, લગન અને દિલચરપી સાથે હાથમાં લઈએ છીએ તે ચમકવા લાગે છે. જેને નકામું માનીને અર્ધા મનથી કરીએ છીએ તે બગડે છે, અધૂરું રહે છે. આ જ પ્રગતિનું

રહસ્ય છે. જે આગળ વધવા ઈચ્છતા હોય, ઊંચા ઊઠવા માગતા હોય, તેમણે આ 'ગુરુમંત્ર' ગાંઠે બાંધી લેવો જોઈએ કે "નિરંતર કઠોર શ્રમ કરવામાં રસ લેવો જોઈએ અને એક ક્ષણ પણ વ્યર્થ બરબાદ ન કરવી જોઈએ."

આરામની એવી જિંદગી જેમાં કંઈ કામ ન કરવું પડે તે કેવળ નિર્જીવ, નિરુદ્દેશ્ય અને નકામા લોકોને રુચિકર હોઈ શકે છે. તેઓ જ તેને સૌભાગ્ય ગણી શકે છે. પ્રગતિશીલ મહત્વાકાંક્ષી લોકોની દૈષ્ટિએ તો આ એક માનસિક ઋગ્ણાત્મા જ માત્ર છે જેને કારણે વ્યક્તિનું ભાગ્ય, ભવિષ્ય, બળ અને વર્ચસ્વ નિરંતર ઘટતું જ જાય છે. આપણા દેશનું દુર્ભાગ્ય શ્રમ પ્રત્યેની ઉપેક્ષા કરવાની દુષ્પ્રવૃત્તિની સાથે શરૂ થયું છે અને તે ત્યાં સુધી ચાલુ રહેશે જ્યાં સુધી આપણે પ્રગતિશીલ લોકોની જેમ પરિશ્રમ પ્રત્યે પ્રગાઢ આસ્થા ઉત્પન્ન નહીં કરીએ.

આપણે ત્યાં તે દીકરીઓને સુખી માનવામાં આવે છે જેમને હાથ વડે કંઈ કામ ન કરવું પડે. નોકર-નોકરાણી સર્વ કામ કર્યા કરે અને તેમને આરામના દિવસ ગુજારવાનો અવસર મળે. આવી મહિલાઓ સદા શારીરિક અને માનસિક દૈષ્ટિથી બીમાર જ બની રહેશે. પ્રસવ વખતે તેમને બહુ જ કષ્ટ વેઠવું પડશે. ભવિષ્યમાં શરદી, અજીર્ણ, મસ્તક પીડા આદિ બીજી અનેક જાતની બીમારીઓ ઘેરી વળશે. ડ્રેકટરોનાં મોંઘાં બિલ ચૂકવવાં પડશે અને ઈજેક્શનોના દંડ સહેવા પડશે. શ્રમશીલ મહિલાઓ નીરોગી રહે છે, સ્વસ્થ અને દીર્ઘજીવી સંતાન ઉત્પન્ન કરે છે. એશઆરામને ભલે ભ્રમવશ સૌભાગ્ય માની લેવામાં આવે, અંતે તો તે ગરીબ મજૂરોને મળતી અસુવિધાઓ કરતાં પણ અધિક મોંઘું પડે છે.

આપણે ત્યાં જમીનદાર, અમીર, સંત, મહંત, વિદ્વાન તથા કલાકાર સાધારણ રીતે શારીરિક શ્રમથી બચવા ઈચ્છે છે. ફળસ્વરૂપે તેઓ બીમાર રહે છે અને પોતાની પ્રતિભાથી જે પોતાનું અને બીજાનું હિત સાધી શકે એમ હતા, તે કરી શકતા નથી. ધોબી, મોચી, કડિયો, મજૂર, ચમાર, કુંભાર વગેરે શ્રમજીવી વર્ગને આપણે ત્યાં નીચો સમજવામાં આવે છે. મહેનત કરનારા નીચા અને

એશઆરામી ઊંચા, આ માન્યતાએ આપણા સમાજમાં હરામખોરીને પ્રોત્સાહન આપ્યું, ફળ સ્વરૂપે આપણે દરિદ્ર બન્યા. બીજી બાજુ રશિયા, બ્રિટન, જાપાન અને અમેરિકા આદિ સમૃદ્ધ દેશોના નાગરિકોમાં કઠોર પરિશ્રમમાં ભારે અભિરુચિ લેવાની પ્રવૃત્તિ જોઈને સહેજે જ માલૂમ પડે છે કે તેમની સમૃદ્ધિ અને સફળતાનું કારણ શું છે ? હોલેન્ડ, ડેન્માર્ક, યુગોસ્લાવિયા આદિ કેટલાયે દેશોની સમૃદ્ધિ ત્યાંના મહિલાવર્ગની શ્રમશીલતા ઉપર આધારિત છે. આપણે પણ વર્તમાન અજ્ઞાન અને દરિદ્રતાની દુઃખદાયી જાળમાંથી છૂટવું હોય તો દેશના દરેક નાગરિકમાં કઠોર શ્રમ કરવાની, આળસનો તિરસ્કાર કરવાની અને સમયની એક પણ ક્ષણ વ્યર્થ ન ગુમાવવાની ટેવ પાડવી પડશે.

આપણે વિદ્યાર્થી વંચિત એટલા માટે નથી રહેતા કે સુવિધાનાં સાધનોનો અભાવ છે. નિરક્ષરતાનું એક માત્ર કારણ છે તેના તરફ કરવામાં આવતી ઉપેક્ષા. કોઈ વ્યક્તિ માત્ર એક બે કલાક જ નિયમિત રૂપથી ભણવામાં ગાળતી રહે, તો થોડા જ દિવસમાં સારો વિદ્વાન બની જશે. પરિશ્રમી મનુષ્ય ક્યારેય નાગોભૂષ્યો નથી રહી શકતો. ઉઘમી માટે ઉપાર્જનનાં અનેક દ્વાર ખૂલી જાય છે. જે મહેનત કરશે તે નીરોગી રહેશે. નકામા પડ્યા રહેતા ચપ્પુને કાટ લાગી જાય છે, પણ જે કામમાં આવે છે, તેની જિંદગી વિકસે છે. તે જ તલવાર ધારદાર રહે છે તથા ચમકે છે, જે શાનથી પથ્થર ઉપર ઘસાતી હોય છે. હીરો સરાણ ઉપર ચડીને કિંમતી બને છે, જેમણે ચમકવું હોય, જીવનનો વાસ્તવિક આનંદ લેવો હોય તેઓ તન્મયતાથી તત્પરતા અને મનોયોગપૂર્વક સામે પડેલાં કાર્યોને પૂરી મહેનત અને દિલચશ્પી સાથે કરતાં શીખે.

“ખાલી મગજ શયતાનની દુકાન” એ સોળ આના સાચી કહેવત છે. જે ફાલતુ બેઠો રહેશે તેના મગજમાં અનાવશ્યક અને અનિચ્છનીય વાતો ધૂમ્યા કરશે અને કંઈ ને કંઈ અનુચિત, અયોગ્ય કરવાની તથા ઊદ્વિગ્ન, સંતપ્ત રહેવાની વિપત્તિઓ ઊભી કરશે. જે વ્યસ્ત છે તેને બેકાર વાતો વિચારવાની કુરસદ નથી. ગાઢ ઊંઘ

તેઓને જ આવે છે, કુસંગ અને દુર્વ્યસનોથી તેઓ જ બચી જાય છે. તેઓ મહેનતથી કમાય છે અને ખોટા ખર્ચા પણ કરતા નથી. આ પ્રમાણે પરિશ્રમી વ્યક્તિ અનેક દોષદુર્ગુણોથી બચી જાય છે.

પ્રગતિશીલ વર્ગોનો મુખ્ય ગુણ શ્રમશીલતા છે. આપણે પોતે સખત મહેનત કરવાની ટેવ પાડવી જોઈએ. જે પણ લક્ષ્ય, પ્રયોજન અને કાર્ય સામે હોય તેને તત્પરતાપૂર્વક દિલચશ્પી સાથે પૂરું કરવા લાગી જવું જોઈએ. એક ક્ષણનો પણ સમય બરબાદ ન કરવો જોઈએ. જો આ પ્રકૃતિ પોતાનામાં, પોતાના પરિવારમાં અને આપણા સમાજમાં આપણે ઉત્પન્ન કરી શકીએ, તો આગામી દિવસો ઘણા જ સમૃદ્ધ બનશે. દરેક દિશામાં સમુન્નત બની શકીશું.

## ૨૩ સમયનો સદુપયોગ - સફળતા માટે

### અમોઘ વરદાન

સમય જ મનુષ્યજીવનની મૂલ્યવાન સંપત્તિ છે, તેના સદુપયોગથી સંસારની કોઈ પણ સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. ભગવાને મનુષ્યને પોતાના રાજકુમારના રૂપમાં મોકલ્યો છે અને સાથે જ સમય નામની એવી મૂલ્યવાન, સંપદા પ્રદાન કરી છે કે તેના બદલે સંસારનો જે પણ સુખવૈભવ ઈચ્છે, તે ખરીદી શકે છે.

મનુષ્યનો સમય મનોયોગ અને પરિશ્રમની સાથે જે દિશામાં લાગી જાય તેમાં જ ચમત્કાર પેદા કરશે. સંસારના મહાન પુરુષોની મુખ્ય વિશેષતા એ જ રહી છે કે તેઓએ પોતાના જીવનની એક એક ક્ષણ નિરંતર કામમાં લગાવી રાખી છે, તે પણ પૂરી દિલચશ્પી અને શ્રમશીલતા સાથે વિતાવી છે. આ નીતિરીતિ જે આદમી અપનાવી લે અને પોતાના જીવનક્રમની દિશા નિર્ધારિત કરી લે, તે દરેક ક્ષેત્રમાં સફળતાની ઊંચી મંજિલ ઉપર સહેજે પહોંચી શકશે. મનુષ્યના સામર્થ્યનો અંત નથી. સાથોસાથ મુશ્કેલીઓ એટલી જ છે કે તે ચારે તરફ વિખરાયેલું, છૂટું-છવાયું, અસ્તવ્યસ્ત પડી રહે છે. તેનું એકીકરણ, કેન્દ્રીકરણ જે વ્યક્તિ કરી લેશે તે પોતાની પ્રચુર

શક્તિનો પરિચય સહેજે દઈ શકશે. સૂર્યનાં કિરણો વિખરાયેલાં પડ્યાં છે. તેથી તેમના મહત્ત્વનો ખ્યાલ નથી આવતો, પણ જો એક જ ઈશના પરિઘમાં ફેલાયેલા તડકાને બહિર્ગોળ કાચ દ્વારા એક કેન્દ્ર ઉપર એકઠો કરવામાં આવે તો તત્કાલ આગ લાગશે અને તેને થોડું પણ ઈઘણ મળી જાય તો ભયંકર અગ્નિકાંડ રચી દેશે. ઠીક એ જ રીતે મનુષ્યની વિખરાયેલી શક્તિઓને જો કોઈ એક વિષય ઉપર એકાગ્રતા અને દિલચ્છપીની સાથે કેન્દ્રિત કરવામાં આવે અને પરિશ્રમ, પુરુષાર્થપૂર્વક તન્મયતાની સાથે કામમાં લાગી જઈએ તો આશ્ચર્યજનક સફળતા સહેજમાં પ્રાપ્ત થઈ શકે છે.

આમ તો જોતજોતામાં જિંદગીનાં કેટલાયે વર્ષો એમ જ હસતાં, રોતાં, ખાતાં, રમતાં વ્યતીત થઈ જાય છે અને શરીર યાત્રા સંપન્ન કરતાં બીજું કોઈ વધારાનું મહત્ત્વપૂર્ણ કાર્ય નથી થઈ શકતું. પણ જો દિનચર્યા બનાવીને સમયની એકેએક ક્ષણનો સારી રીતે ઉપયોગ કરવાનો ક્રમ બનાવી લેવામાં આવે તો ખ્યાલ આવશે કે થોડા જ સમયમાં ઈચ્છિત દિશામાં કેટલી મોટી પ્રગતિ થઈ જાય છે. નિરંતરતા અને નિયમિતતાના પ્રતિબંધોમાં બંધાયેલો સમય કેટલી બધી પ્રગતિ કરી શકે તેના વિષે કહેવા-સાંભળવાથી નહીં, અનુભવ કરવાથી જ વિશ્વાસ થાય છે.

વિદેશોમાં લોકો પોતાનાં દૈનિક કાર્યોમાંથી નિવૃત્ત થઈને બે કલાક રોજ રાત્રિશાળામાં ભણવા જાય છે. મામૂલી શ્રમિક અને નબળી સ્થિતિના લોકો આ ક્રમ અપનાવીને દશવીસ વર્ષમાં એમ. એ. જેવી ડીગ્રીની ઉચ્ચ પરીક્ષાઓ પાસ કરી લે છે. જર્મનીના પ્રસિદ્ધ વિદ્વાન એન્ડરસને એક કલાક રોજ અન્ય ભાષા શીખવા માટે નિર્ધારિત કર્યાં અને તેઓ ત્રીસ વર્ષમાં સંસારની લગભગ બધી મુખ્ય ભાષાઓના વિદ્વાન બની ગયા. આપણા દેશના સંત વિનોબા ભાવે ૨૩ ભાષાઓના વિદ્વાન કહેવાય છે. આ જ્ઞાન તેઓએ પોતાના વ્યસ્ત કાર્યક્રમમાંથી થોડોક સમય નિયમિત રૂપે કાઢીને જ ઉપલબ્ધ કર્યું. આ રસ્તો દરેકને માટે ખુલ્લો પડ્યો છે.

આળસ અને પ્રમાદમાં આપણે બહુ જ સમય બગાડીએ છીએ.

જે કામ જેટલી વારમાં થઈ શકે છે, તે સુસ્તી અને અધૂરા મનથી કરવાથી બમણો-ચારગણો સમય લાગે છે. પ્રખર અને સ્ફૂર્તિલો માણસ એક કલાકમાં દાલરોટી બનાવીને ખાઈને નિશ્ચિત થઈ શકે છે, પણ આળસુ ઢીલા અને મંદ ગતિએ ચાલનારા લોકો, એ જ કામને અવ્યવસ્થિત રીતે કરતા રહેવાથી અર્ધો દિવસ પસાર કરશે. લોકો એમ જ ઊંઘતા, સુસ્તીથી, જેમતેમ કામ કરતાં, નાનાં નાનાં થોડાં કામોમાં જ પૂરો સમય બરબાદ કરી નાંખે છે, જ્યારે પ્રખર અને સમયનું મૂલ્ય સમજનારા એટલા જ સમયમાં દસગણું કામ પતાવી નાંખે છે. શિથિલતાથી સમય સંકોચાય છે, અને પ્રખરતાથી સમય ફેલાય છે. રબ્બર ખેંચવાથી લાંબું થઈ જાય છે અને છોડવાથી સંકોચાઈ જાય છે. એ જ રીતે ઢીલાપોચા મન અને શરીર વડે કામ કરવાથી બહુ જ થોડું પરિણામ આવે છે, પણ મન અને શરીરને એકરૂપ કરી, ઉત્સાહની સાથે તત્પરતા દેખાડવામાં આવે, તો થોડા સમયમાં કેટલું વધારે કામ કેટલી સુંદર રીતે સંપન્ન થાય છે તેનો ચમત્કાર ક્યાંય પણ જોઈ શકાય છે.

સમયના પ્રતિક્ષણનો સાચો લાભ તેને મળે છે જે પોતાની દિનચર્યા નક્કી કરી લે છે. એક દિવસમાં એક શેર ધી ખાઈ લઈએ અને એક મહિના સુધી જરા પણ ન ખાઈએ; એક દિવસ સો દંડ પીલીએ અને વીસ દિવસ સુધી વ્યાયામનું નામ ન લઈએ તો તેવો ભરતીઓટ જેવો ઉત્સાહ વધવાથી કે ઠંડો પડવાથી શું પરિણામ આવશે ? નિયત સમય પર કામ કરવાથી અંતર્મનને, તે સમયે તે જ કામ કરવાની આદત પડી જાય છે અને ઈચ્છા પણ થાય છે. ચા, સીગારેટ આદિ નશાકારક ચીજો લોકો નિયમિત રૂપથી પીએ છે, તેઓને નિયત સમયે તેની તલપ ઊઠે છે અને ન મળવાથી બેચેની થાય છે. એ જ રીતે નિયત સમય પર કોઈ કામ કરવાની ટેવ પાડી દીધી હોય તો તે સમયે એવું કરવાની ઈચ્છા થશે, મન લાગશે અને કામ ઠીક રીતે પૂરું થશે. મંદી ચાલ ચાલનાર કાચબાએ તેજ ઉછળકૂદ કરનાર, પણ ક્ષણિક ઉત્સાહી સસલા સામે બાજી જીતી લીધી. આ વાર્તા નિયમિત અને નિરંતર કામ કરનારને અક્ષરશઃ લાગુ પડે છે.



મંદબુદ્ધિ અને અલ્પ સાધનોવાળા કાલિદાસ જેવા લોકોએ એક કાર્યમાં દત્તચિત્ત થઈને નિયમિત રૂપે નિરંતર કામ કરતા રહેવાનો કમ બનાવીને ઉચ્ચ કોટિના વિદ્વાન અને કવિ બનવામાં સફળતા મેળવી. આ જાતની સફળતા કોઈ પણ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. તેમાં કોઈ જાદૂ કે ચમત્કાર નથી, કેવળ વ્યવસ્થિત અને નિયમિત રૂપથી મનોયોગપૂર્વક કમબદ્ધ કામ કરવાનું જ પ્રતિક્ષણ હતું. આ માર્ગ કોઈ પણ અપનાવી શકે છે અને ઉત્તતિના શિખર સુધી પહોંચી શકે છે.

સામાન્યતઃ રોટી કમાવામાં આઠ કલાક, ઊંઘવા માટે સાત કલાક, નિત્યકર્મ માટે બે કલાક માનવામાં આવે, તો કુલ મળીને સત્તર કલાક થયા. ૨૪ કલાકમાંથી ૭ કલાક તો પણ બચે, જે એક પૂરા દિવસ સમાન સમયની બચત થઈ. વ્યક્તિ ઈચ્છે તો આ ૭ કલાકને પોતાની કોઈ પણ અભિરુચિના વિષયમાં લગાવીને આશાતીત સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે. બે ત્રણ કલાક નિયમિત વ્યાયામમાં ગાળનારા થોડા જ દિવસોમાં પહેલવાન બની જાય છે. નિશાળની પરીક્ષાઓ પાસ કરવા માટે સામાન્ય બુદ્ધિના વિદ્યાર્થી માટે ત્રણ કલાક પૂરતા છે. રોજરોટી કમાતાં કમાતાં એટલો સમય સરળતાથી કાઢી શકાય. શરત એટલી જ છે કે કોઈ પણ વિષયમાં સાચી રુચિ હોય અને સમયને નિયમિત રૂપથી લગાવવાનો દૈઢ સંકલ્પ કર્યો હોય.

લોકસેવા, આત્મિક આકાંક્ષાઓની તૃપ્તિને માટે, જીવનોદેશ્યની પૂર્તિને માટે થોડો સમય કાઢવો આવશ્યક છે. તે પણ પોતાના બચેલા સાત કલાકોમાંથી બે કલાક સહેલાઈથી કાઢી શકાય. અગાઉના સ્વાધીનતા સંગ્રામના નેતાઓ અને કાર્યકર્તાઓમાંના અધિકાંશ એવા જ હતા, જે પોતાની રોજરોટી પણ કમાતા હતા અને તે આંદોલનમાં ઉત્સાહપૂર્વક ભાગ લેતા હતા. હવે યુગ નિર્માણ આંદોલનના અનેક કાર્યકર્તા આજે પણ ઘણા ખરા વ્યસ્ત કાર્યક્રમમાંથી ઘણો સમય બચાવીને એટલું કામ કરી નાંખે છે, જે આઠ કલાક કામ કરનાર કર્મચારી પણ ન કરી શકે. આ કેવળ લગની અને મનોયોગનો ચમત્કાર છે. સમય સર્વની પાસે ૨૪ કલાક

હોય છે, પણ જે તેના સદુપયોગનું મહત્ત્વ સમજે છે. અને થોડાક સમયની બરબાદીને ભારે ક્ષતિ સમજે છે, તેને માટે તેટલા જ સમયમાં આશ્ચર્યજનક માત્રામાં કામ કરી શકવું સંભવ બનશે.

કુરસદ ન મળવાની વાતનું માત્ર એટલું જ તાત્પર્ય છે કે તે કાર્યમાં દિલચશ્પી ઓછી છે અથવા હલકી કક્ષાનું બેકાર કામ માનવામાં આવ્યું છે. જે કામને આપણે મહત્ત્વપૂર્ણ સમજીએ છીએ, તેને અન્ય કામો કરતાં આગલી હરોળમાં રાખીએ છીએ અને તેને માટે પૂરતો સમય સહેલાઈથી કાઢી શકાય છે. થાક પણ તેવાં જ કામોમાં લાગે છે જેને બેકાર સમજીને કરવામાં આવે છે. ખેડૂત ૧૪ કલાક કામ કરે છે અને તે પણ એક દિવસ નહીં જીવનભર પાન અને દૂધની દુકાનવાળા ૧૪ કલાક દુકાન ખોલીને બેસી રહે છે, તે પણ એક દિવસ નહીં જીવનભર. પણ નથી તેમને થાક લાગતો, કે નથી કંટાળો આવતો, કારણ કે તેમને દિલચશ્પી પૂરી છે. જો આપણે જીવનોત્કર્ષનાં મહત્ત્વપૂર્ણ કાર્યોમાં દિલચશ્પી પેદા કરીએ તો તેને માટે સમયની કમી નહીં રહે. નિયમિતતા અને વ્યવસ્થા ભરેલી દિનચર્યા બનાવીને કોઈ પણ વ્યક્તિ સમયનો સદુપયોગ કરી શકે છે અને ઈચ્છિત દિશામાં આશ્ચર્યજનક પ્રગતિ કરી શકે છે.

## ૨૪. અવરોધ આપણને અધીરા ન બનાવી દે

ભગવાને આ સંસાર માત્ર આપણા માટે જ નથી બનાવ્યો, તેમાં અનેક લોકોની ભાગીદારી છે. સર્વને કંઈને કંઈ સુવિધા મળી શકે જેથી થોડો સંતોષ પ્રાપ્ત થાય અને થોડી અસુવિધાઓ પણ ચાલુ રહે; જેથી તેને હલ કરવા માટે શારીરિક અને માનસિક પુરુષાર્થમાં જોડાયેલા રહીએ. એમ લાગે છે કે આ જ પદ્ધતિ મનુષ્યની પ્રગતિ અને સુવ્યવસ્થા માટે ઠીક રહે છે.

આપણી ઈચ્છા અનુસાર સર્વ પરિસ્થિતિ બનતી રહે અને પ્રત્યેક આદમી આપણી મનમરજી પ્રમાણે કામ કરે તે સર્વથા અસંભવ છે. ધૂપછાંવની જેમ, દિનરાતની જેમ આપણું જીવનરૂપી વસ્ત્રસુવિધા અને અસુવિધાના, અનુકૂળતા અને પ્રતિકૂળતાના, સફળતા

અને અસફળતાના તાણાવાણાથી વણાયેલું છે. સરસતા અને શોભા, પ્રગતિ અને સ્પર્ધા અહીં એ જ કારણ છે કે સંસારમાં વિશેષતાઓ ઘણી છે. જો અહીં માત્ર સુવિધાઓ, સફળતાઓ તથા અનુકૂળતાઓ જ બનાવી હોત અને અસુવિધા, અસફળતા અને પ્રતિકૂળતાનો કોઈ પ્રકારે સામનો ન કરવો પડત, તો આ સંસાર ભારે નીરસ થઈ જાત. કેવળ મીઠાઈ જ ખાવા મળે, મીઠું, મરચું, ખટાશ આદિ કોઈ સ્વાદ ચાખવા ન મળે, તો ભોજનનો સર્વ આનંદ જ ચાલ્યો જાય. ભગવાનને પોતાનો સંસાર સરસ બનાવવો છે. તેથી તેમાં પ્રતિસ્પર્ધા, પુરુષાર્થ, સૂઝબૂઝ અને સંતુલનને વિકસિત કરવા માટે એવી ગુંજાઈશ રાખી છે, કે દરેકને કંઈ કરવાની, વિચારવાની આવશ્યકતા ઊભી થયા કરે. પ્રગતિનો માર્ગ સંઘર્ષ જ છે. સંઘર્ષ પરિસ્થિતિ સાથે કરવામાં આવે છે. જો પ્રતિકૂળતા ન હોય, તો સંઘર્ષ કોની સાથે કરવો ? સૂઝબૂઝ, સંતુલન અને સમાધાનને માટે પ્રતિભા કેવી રીતે વિકસિત થાય ? આ આંતરિક વિકાસ વિના અપૂર્ણતા સાથે સંઘર્ષ કરતાં, પૂર્ણતાનું લક્ષ્ય કેવી રીતે પ્રાપ્ત થાય ? મૂંઝવણોનો ઉકેલ લાવવા નિમિત્તે મનુષ્ય પોતાનાં બુદ્ધિકૌશલ્યને વધારવા, સંસારની વસ્તુસ્થિતિને સમજવા, ધૈર્ય અને સાહસનો પરિચય કરાવવા, પરિસ્થિતિ પ્રમાણે પોતાને લયકદાર બનાવવાની મહાન માનસિક પ્રગતિ ઉપલબ્ધ કરે છે. આ સિદ્ધિઓ તુચ્છ મનુષ્યને મહામાનવ બનાવવા અને વ્યક્તિત્વને પ્રખર, જ્યોતિર્મય બનાવવામાં સમર્થ હોય છે. ચપ્પુ સરાણના પથ્થર ઉપર ઘસાયા વિના ન તેજ થાય, ન તો ચમકદાર. મુશ્કેલીઓ, અભાવો, પ્રતિકૂળતાઓ અને સંઘર્ષોનું સર્જન એટલા માટે થયું છે કે તેમની સામે ટક્કર લઈને મનુષ્ય પોતાની ક્ષમતા અને પ્રતિભાનો વિકાસ કરતાં કરતાં આત્મબળ અને મનસ્વિતાની મહાન વિભૂતિઓનો અધિકાધિક માત્રામાં સંગ્રહ કરતો રહે.

કેટલીકવાર એવું જોવામાં આવે છે કે વ્યક્તિ પોતાની આકાંક્ષા પૂરી ન થાય અને થોડો પણ અવરોધ આવે તો ખૂબ દુઃખી થવા લાગે છે. એમ લાગે કે જાણે તેની ઉપર વજ્ર પડ્યું હોય. પરીક્ષામાં

નાપાસ થવાથી, મામૂલી જેવો ગૃહકલેશ થવાથી, વેપારમાં ખોટ જવાથી, પ્રતિસ્પર્ધામાં પુરસ્કૃત ન થવાથી અધીરા થઈ જાય છે અને તે અસંતુલિત પરિસ્થિતિમાં ઘર છોડીને ભાગી જવાના અને આત્મહત્યા કરવા સુધીના વિચારો કરે છે. નાની એવી અસફળતા એવા નિરાશ કરી દે છે કે પછી મોટું કામ કરવાની તે હિંમત જ હારી બેસે છે. લજામણીનો છોડ કોઈની આંગળી અડવાથી કરમાઈ જાય છે. એવી જ રીતે દુર્બળ મનસ્થિતિવાળા મનુષ્યો અવરોધનો એક હલકો ઝટકો લાગવાથી પોતાનો ઉત્સાહ ખોઈ બેસે છે અને પછી એવા ખિન્ન રહેવા લાગે છે કે જાણે સર્વ કંઈ ડૂબી ગયું હોય.

કેટલાય માણસો ભવિષ્યની મુશ્કેલીઓ વિપત્તિઓની આશંકાઓ કરીને ચિંતિત બની જાય છે. મનમાં કેવળ કુકલ્પનાઓ જ ઊઠતી રહે છે. લાગે છે કે જાણે હમણાં વિપત્તિ આવી, હવે મુસીબતમાં ફસાયા... કર્મક્ષેત્રમાં પ્રવેશ કરનારા ક્યારેક અનુકૂળતાનો લાભ લે છે, તો ક્યારેક પ્રતિકૂળતાનો સામનો કરે છે. લાભ મળવાથી હર્ષાન્મત્ત થઈને કૂદનારા અને હાનિ થાય ત્યારે માથું પછાડીને રોનારા લોકો દયનીય છે, તેઓ દયાને પાત્ર ગણાય. પ્રકૃતિ તેઓને જ જીવિત રાખે છે જેઓ અવરોધોનો સામનો કરવામાં સમર્થ હોય છે. ગરમીનો સામનો ન કરી શકનાર ઘાસ અલ્પાયુ હોય છે અને ઠંડીનો સામનો ન કરી શકનાર માખી-મચ્છર વિના મોતે મરે છે. જેને માત્ર સફળતા, માત્ર લાભ, માત્ર અનુકૂળતા જ જોઈએ છે તેઓ આ સંઘર્ષશીલ સંસારમાં પોતાની સમર્થતા અને દૈવતા સિદ્ધ કરી શકતા નથી અને હવાના એક જ ઝપાટે અહીંથી ત્યાં ઊડી જાય છે.

ચિંતા, ભય, નિરાશા, આશંકા અને અધીરાઈની માનસિક દુર્બળતાઓ આપણું એટલું અહિત કરે છે કે જેટલું બહારના સૌ શત્રુઓ મળીને પણ કરી શકતા નથી. દુર્બળ મન હંમેશાં અંધકારમય ભવિષ્ય અને સંભવિત વિપત્તિઓની કુકલ્પના કર્યા કરે છે અને આ પ્રકારની અશુભ વિચારણાઓ મનુષ્યને ગભરાવી દેવા માટે પર્યાપ્ત છે. અર્ધી શક્તિ આશંકાઓ ખાઈ જાય છે. ચિંતા એક પ્રકારની ઠંડી આગ છે જે મનુષ્યને અંદરને અંદર બાળ્યા કરે છે. અર્ધાંધી વધુ

આશંકાઓ નિર્મૂળ થઈ જાય છે. સાહસિક વ્યક્તિ હિંમતથી કામ લે છે અને વિચારે છે કે, “જેવા પડશે, તેવા દેવાશે.” સમય આવે, મુશ્કેલીનો મુકાબલો કરી લેશું. તેનો કોઈ ઉકેલ શોધી લઈશું. એવી હિંમતવાળાને ક્યારેક જ સંભવિત આશંકા સામે ઝઝૂમવું પડે છે. જો કોઈ અવરોધ આવીને ઊભો રહ્યો તો તેનો શાંત ચિત્તે, વ્યુત્પન્ન મતિ અને માનસિક સૂઝબૂઝથી ઉકેલ કાઢી લે છે. ધૈર્યવાન અને સાહસિક મનુષ્ય માનસિક શક્તિના પેલા અપવ્યયથી બચી જાય છે, જે સફળતાનો પંથ પ્રશસ્ત કરવામાં મહત્વપૂર્ણ યોગદાન આપે છે.

વૃક્ષનાં મૂળ નિરંતર વધે છે. રસ્તામાં પથ્થર આવી જાય, તેને તોડીને પાર કરી શકતાં નથી તો બીજા બાજુ વળી જાય છે. પોતાનો બીજો રસ્તો બનાવી લે છે. આ વળવા અને બદલવાની કળા જેને આવડે છે તેઓ લચકદાર પદ્ધતિ અપનાવે છે અને પોતાને માટે બીજો રસ્તો શોધી કાઢે છે. અમેરિકાના રાષ્ટ્રપતિ અબ્રાહમ લિંકનને પોતાના જીવનમાં અઢરવાર અકબાવી નાંખે તેવી અસફળતાઓ મળી. કોઈ કમજોર મનનો માણસ હોત તો તૂટી જાત, નિરાશ થઈને હિંમત ખોઈ બેઠો હોત, પણ તેઓએ દરેક અવરોધ પછી બમણી-ચારગણી હિંમતથી કામ લીધું અને પોતાની નીતિરીતિમાં જે પરિવર્તન આવશ્યક હતું, તે તુરત કરી લીધું. એક વ્યક્તિ એક કાર્યમાં આજે અસફળ થયો હોય, તો તે સદા સર્વ કાર્યોમાં અસફળ નથી થતો. બીજા કામમાં તેની પ્રતિભા મોટા મોટા ચમત્કાર દેખાડી શકે છે. એકવાર સફળતા ન મળે તો કેટલીયે વાર પ્રયત્ન કરી શકાય છે. રાજા બ્રૂસો ૧૩ વાર લગ્નમાં હાર્યો, પરંતુ તેણે હિંમત ન છોડી. ૧૪મી વાર તે સફળ થયો. દરેક વ્યક્તિ માટે મનોબળ વધારવાનો આ જ રસ્તો છે કે અવરોધ કે અસફળતા સામે મસ્તક ન ઝુકાવે, હિંમત ન હારે, પરંતુ બમણા ઉત્સાહ અને ઉલ્લાસથી આગળ વધે અને તે ત્રુટિઓને દૂર કરે, જેને કારણે પાછલી વેળાએ સફળતા ન મળી શકી.

શોક સંતાપમાં વ્યથિત થઈ બેસી રહેવું વ્યર્થ છે. આ સંસારનો આ જ ક્રમ છે કે એકની હાનિ બીજાનો લાભ બની રહે છે. એક

બાળકના જન્મની ખુશી ત્યારે મનાવી શકાય છે જ્યારે કોઈના ઘરમાં મૃત્યુનો શોક છવાયો હોય. એક ત્યારે જીતશે જ્યારે બીજો કોઈ હારે. હારજીતની સંતાકૂકડી જેવી રમત અહીં અનાદિ કાળથી ચાલતી આવે છે. ગંજીફાનાં પાનાંની જેમ, જેઓ તેમાં ક્ષુબ્ધ થતા નથી અને આનંદ જ માણી લે છે એવી ખેલાડી જેવી મનોવૃત્તિ રાખનારા લોકો હસતા-હસાવતા આનંદ અને સંતોષનું જીવન જીવી શકે છે.

આપણે સફળતાની મોટીમોટી આશાઓ રાખવી જોઈએ અને મનોરથોની પૂર્તિનાં મહાન સ્વપ્નો જોવાં જોઈએ, પણ સાથોસાથ એ માટે પણ તૈયાર રહેવું જોઈએ કે ખરાબમાં ખરાબ પરિસ્થિતિનો સામનો કરવો પડે. દિન અને રાતનો, ઠંડી અને ગરમીનો પોતપોતાનો આનંદ છે. સફળતા અને અસફળતા પણ પોતાની વિશેષતાઓ અને વિભૂતિઓથી સંપન્ન છે. સફળતાઓ આપણો ઉત્સાહ વધારે છે અને પ્રગતિને માટે સુવિધાઓ ઉત્પન્ન કરે છે, જ્યારે અસફળતાઓ આપણા ધૈર્ય, સાહસ, સંતુલન, પૌરુષ અને વિવેકને પડકારીને આપણું આત્મબળ વધારે છે, જે કોઈ સાધારણ સફળતા કરતાં અધિક મહત્વપૂર્ણ અને ઉપયોગી સિદ્ધ થાય છે.

## ૨૫. આવેશગ્રસત ન બનો શાંતિ અને વિવેકથી કામ લો

શરીરમાં તાવ આવે ત્યારે તાપમાન વધી જાય છે અને કેટલીયે જાતની વિકૃતિઓ તથા ગરબડો પેદા થઈ જાય છે. દેહ બળે છે, તરસ લાગે છે, માથું દુઃખે છે, પગ લથડે છે. ઊંઘ આવતી નથી, ભૂખ લાગતી નથી, બેચેની થાય છે વગેરે કેટલાંયે કષ્ટકારક લક્ષણો થવાથી રોગીને તાવને કારણે બહુ જ તકલીફ થાય છે. કમજોરી ઘણી જ આવી જાય છે, કંઈ કામ પણ થઈ શકતું નથી, વિચારશક્તિ અને બોલવાની શક્તિ પણ રહેતી નથી. આ નબળાઈ અને શારીરિક અસ્તવ્યસ્તતાની ક્ષતિપૂર્તિ થતાં ઘણો જ સમય લાગે છે. થોડા દિવસનો તાવ પણ દેહને કચડી નાંખે છે.

શરીરની જેમ મન, મગજનો તાવ પણ આવે છે, પણ શરીરના

તાવ કરતાં આ મગજનો તાવ અને તેની વ્યથા વધુ હાનિકારક છે. આ તાવનું નામ છે “આવેશ” નાની એવી વાતમાં ઉત્તેજિત થઈ જવું અને માનસિક સંતુલન ખોઈ બેસવું, આવેશથી ભરાઈ જવું તેને મગજનો તાવ જ કહેવાય. મનુષ્યનો જીવનક્રમ અને સંસારનો ક્રિયાકલાપ કંઈક એવા જ પ્રકારનો છે, કે જેમાં દરેક વાત આપણી ઈચ્છા પ્રમાણે થતી નથી. બીજા લોકો એમ જ કરે, જે આપણે ઈચ્છીએ છીએ; તેઓ પોતાના સ્વભાવ અને સંસ્કારને આપણી મન-મરજીને અનુરૂપ તત્કાલ બદલી નાંખે એવી આશા રાખવી અનુચિત છે.

જે ઉપરોક્ત વાસ્તવિકતાને નથી સમજતા, તેઓ થોડીક પ્રતિકૂળતા આવતાં મરજીથી ભિન્ન પ્રકારે કોઈનો વ્યવહાર જોઈને એકદમ ગુસ્સે થઈ જાય છે, આવેશમાં આવી જાય છે અને માનસિક સંતુલન ખોઈને એટલા વિસ્ફુલ્ભ થઈ જાય છે કે પોતાની જાતને, સંબંધિત વ્યક્તિને તથા નજીકના વાતાવરણને અસ્તવ્યસ્ત બનાવી દે છે.

આવેશ એક પ્રકારનો મગજનો તાવ છે. તેને માનસિક દુર્બળતા પણ કહી શકાય. ઉત્તેજના સમગ્ર આંતરિક ઢાંચાને હચમચાવી નાંખે છે. ક્રોધનો આવેશ જ્યારે ચડે છે ત્યારે માણસ અર્ધપાગલ જેવો થઈ જાય છે. તેના હાવભાવ, ચેષ્ટાઓ, મુખમુદ્રા એવી થઈ જાય છે, જાણે કે તે કાબૂ બહાર હોય. ન વિચારવા જેવી વાત વિચારે છે અને ન બોલવા લાયક વાણી બોલે છે. કટુતા, વ્યંગ, તિરસ્કાર, અહંકાર, અશિષ્ટતા આદિ કોણ જાણે કેટલુંય ઝેર તેમાં ભળેલું રહે છે. બીજાનો રાઈ જેટલો દોષ પર્વત જેવડો દેખાય છે. ઘણીવાર તેવી આવેશગ્રસ્ત સ્થિતિમાં એટલી કુકલ્પનાઓ અને આશંકાઓ ઊઠે છે કે બીજા લોકો ખરાબમાં ખરાબ લાગે છે સામી વ્યક્તિએ જાણીબૂઝીને દ્વેષવશ હાનિ પહોંચાડવા કે નીચું જોવરાવવા જ સર્વ કંઈ કર્યું હોય. ઉત્તેજનાને કારણે મગજ સાચી વાત વિચારી શકતું નથી. વસ્તુસ્થિતિ સમજવાની અને વાસ્તવિકતા જાણવાની બુદ્ધિ જ રહેતી નથી. એટલું જ નહીં, સામે વાળા દોષિત જ નહીં, શત્રુ પણ દેખાય છે અને

જેમ કોઈ ઉપર આક્રમણ કરવામાં આવે તેવી જ રીતની ગતિવિધિ બની જાય છે. તેથી સામાવાળાને પણ પ્રત્યુત્તર અને પ્રતિશોધ (બદલો) માટે ઊભા થવું પડે છે. વાત વધે છે અને કેટલીકવાર થોડીક વાત ઉપર એવો વિગ્રહ ઊભો થઈ જાય છે કે તેની ક્ષતિપૂર્તિ કરવી મુશ્કેલ થઈ જાય છે.

મિત્ર શત્રુ બની જાય છે અને જ્યાંથી સહયોગની આશા હતી ત્યાંથી વિરોધ અને અવરોધ પ્રાપ્ત થવા લાગે છે. આવી પરિસ્થિતિઓમાં કોઈવાર એવો તો કટુ વ્યવહાર થઈ જાય છે જેનો ધા આજીવન રુઝતો નથી અને પોતીકા માણસો પરાયા થઈ જાય છે.

આવેશમાં દુર્વ્યવહાર કરીને બીજાને જેટલી ક્ષતિ પહોંચાડી દઈએ છીએ તેનાથી કેટલીયે અધિક હાનિ પોતાની કરીએ છીએ. આ રીતે આવેશગ્રસ્ત ક્રોધમાં બીજાને જેટલી ચાંટ પહોંચાડે છે તેનાથી કેટલીયે હાનિ પોતાને જ પહોંચાડે છે. શરીર ઝેરથી ભરાઈ જાય છે અને મગજના અને રક્તાભિસરણતંત્રના અગણિત રોગો પેદા થાય છે. એક કલાકના ક્રોધમાં એક દિવસના તેજ તાવ કરતાં પણ વધારે શક્તિ નષ્ટ થાય છે. ક્રોધી વ્યક્તિ ક્યારેય કોઈને ગમતી નથી. તેની જીવનશક્તિ આવેશની આગમાં સળગતી તથા શેકાતી રહે છે અને સાચી રીતે વિચાર કરવાની ક્ષમતા દિનપ્રતિદિન ઓછી થતી જાય છે. તેથી પાગલ જેવી મનોદશા સુધી જઈ પહોંચે છે.

ઉચિત એ છે કે આપણે સંતુલિત સ્વભાવ રાખતાં શીખીએ. જો કોઈનો વ્યવહાર અપ્રિય લાગે તો તપાસ કરવી કે તેમાં તેનો કેટલો દોષ હતો. કેટલીકવાર પરિસ્થિતિ, લાચારી અને વસ્તુસ્થિતિને સમજવાની ભૂલને કારણે લોકો એવી ગેરસમજણ કરી બેસે છે કે જેથી પાછળથી પસ્તાવું પડે છે, પણ તે સમયે એની કલ્પના નથી હોતી. જેમ મનુષ્ય શ્રેષ્ઠ છે, તેમ ખામીઓ અને દુર્બળતાઓથી પણ ભરેલો છે. પૂર્ણ નિર્દોષ, પરમ સજ્જન અને સ્વસ્થ વ્યક્તિ આજ સુધી આ જગતમાં પેદા જ નથી થઈ. હવે પછી ઘણે તેવી સંભાવના પણ ઓછી છે. આ વાસ્તવિકતાને સમજીને જો આ સંસારમાં રહેવું હોય તો કામચલાઉ સમાધાનની નીતિ અપનાવીને જ ચાલવું પડશે.



જેનો વ્યવહાર અપ્રિય લાગતો હોય તેને શાંતિ અને પ્રેમપૂર્વક વસ્તુસ્થિતિ પૂછવી જોઈએ અને જે કારણ હોય તેની છાનિ સમજાવીને તેને માટે તૈયાર કરવો જોઈએ. જેથી ભવિષ્યમાં એવી ભૂલ ન થાય. જો આપણે જ સમજવામાં ભૂલ કરી હોય અને કંઈનું કંઈ સમજ્યા હોઈએ તો પોતાની ભૂલ તુરત સ્વીકારી લેવી અને સુધારવા માટે તૈયાર રહેવું જોઈએ. સજ્જનતાની ઓળખાણ સંતુલન દ્વારા કરી શકાય. દૂરદર્શી વિવેકવાન વ્યક્તિની ઓળખાણ એ છે કે તે તર્ક અને વિવેકથી કામ લે છે, અપ્રિય પ્રસંગોનાં કારણો ઝીણવટથી વિચારે છે અને તેના સમાધાનનો શાંત ચિત્તથી ઉપાય શોધી કાઢે છે. દરેક રોગની દવા છે અને દરેક અપ્રિય પ્રસંગનું સમાધાન હોય જ. સજ્જન સમાધાન શોધે છે. લડાઈ-ઝઘડાથી, કટુવચન અને અશિષ્ટતાથી કોઈ પ્રયોજન પૂર્ણ થતું નથી, ઊલટાનો ગૂંચવાડો વધે છે.

જે વ્યક્તિના દુર્વ્યવહારથી કે ભૂલથી આપણને આઘાત લાગે છે તેના સંબંધમાં એમ જ વિચારવું જોઈએ કે તે પોતાની ભૂલ સુધારીને ભવિષ્યમાં આપણને અનુકૂળ થઈ જશે. તેને માટે ક્રોધ કે દુર્વ્યવહાર કરવો વ્યર્થ છે. આતંક અને આક્રમણથી, રોષ અને વિક્રોભ દ્વારા સંભવ છે કે સામાવાળા થોડા સમય પૂરતા ચૂપ થઈ જાય કે ભયભીત થઈને સહમત થવાનું સ્વીકારી લે, પણ તે માત્ર બાહ્ય પ્રક્રિયા ઉપલક હશે. અંદરથી રોષની પ્રતિક્રિયા નિશ્ચિત રૂપથી પ્રતિકૂળ જ હશે. ઠપકો અને તિરસ્કારના લીધે તે ધાયલ સર્પની જેમ ચોટને ભીતરમાં જ છુપાવી રાખશે અને જ્યારે અવસર મળશે ત્યારે તે દુર્વ્યવહારનો બદલો લેશે. સુધારા માટે સજ્જનતાપૂર્ણ સદ્વ્યવહાર જ અસરકારક નીવડે છે. ક્રોધનો ઉદ્દેશ્ય જો ભૂલ કરનારને સુધારવાનો કે ક્ષતિની પૂર્તિ કરવાનો હોય, તો સમજવું કે તે પદ્ધતિ ખોટી છે. જે વાત આપણે ઈચ્છીએ છીએ, તે તો ભૂલ કરનારને અનુકૂળ બનાવીને જ પૂરી કરી શકીએ અને તેને માટે જે પણ ઉપાયો કારગત થશે તે નિશ્ચિત રૂપથી ક્રોધ સિવાયના જ હશે.

શારીરિક સ્વાસ્થ્યની જેમ આપણે માનસિક સ્વાસ્થ્યનું પણ

ધ્યાન રાખવું જોઈએ. નહીંતર માનસિક બીમારી આપણા માટે રોગી શરીરથી પણ અધિક ઘાતક સિદ્ધ થશે. મનોવિકારોમાં સર્વપ્રથમ છે ક્રોધ. ભય સૌથી ખરાબ પ્રકારનો રોગ છે. ચોરી, કપટ, બેઈમાની, વ્યભિચાર આદિથી બીજાને અધિક હાનિ થાય છે. પોતાને પાછળથી ભલે હાનિ થાય, પણ તત્કાલ તો કંઈક લાભ જ થાય છે પણ ક્રોધથી તો સમગ્ર હાનિ પોતાને જ થાય છે. લાભ રતીભાર પણ થતો નથી. લોહી આપણું સુકાયું, મગજ આપણું ખરાબ થયું, સ્વાસ્થ્ય કથળ્યું, શત્રુતા વધી અને જે ઈચ્છતા હતા તેનાથી તદ્દન ઊલટી પ્રતિક્રિયા થઈ. આ સર્વ વાતોનું ધ્યાન રાખીને દરેક વિવેકવાન વ્યક્તિનું કર્તવ્ય છે કે આત્મનિરીક્ષણ કરીને આપણે એ જોવું જોઈએ કે આપણું માનસિક સંતુલન ખરાબર રહે છે કે નહીં. લોકો ખરાબ છે, ભૂલ કરે છે, તો તેના દંડને માટે પ્રેમ અને સહાનુભૂતિની સાથે તેમની મુશ્કેલીઓ સમજવી જોઈએ અને શુભ આશય અને સજ્જનતા સાથે બતાવવું જોઈએ કે શું ન કરવું અને શું કરવું જોઈએ. આપણું સંતુલન જાળવી રાખીને શાંતચિત્ત, સૌમ્યમુદ્ર, હિતેચ્છુ મિત્રના રૂપે જો કંઈક પરમાર્થ કરશો તો ભૂલ કરનાર લગભગ સુધરી જશે અને જો પોતાની જ ભૂલથી બીજાની ખામી માની લીધી, તો વિવેક તેને પણ સુધારી દેશે અને ક્રોધનું કોઈ કારણ નહીં રહે.

## ૨૬. વિચારશક્તિનું મહત્વ સમજો અને સદુપયોગ કરો

મનુષ્યનો વિકાસ અને ભવિષ્ય તેમની મનસ્થિતિ ઉપર આધારિત છે. જેવું બીજ હશે તેવો જ છોડ ઊગશે. જેવા વિચારો હશે તેવાં જ કર્મ હશે. જેવું કર્મ કરશો તેવી જ પરિસ્થિતિ બની જશે. ખરાબ કે સારી પરિસ્થિતિઓ અનાયાસ જ સામે નથી આવતી. આપણા કર્મ સાથે તેને ભારે ગાઢ સંબંધ છે. વૃત્તિઓની પ્રતિક્રિયા પરિસ્થિતિઓના રૂપમાં સામે આવે છે. એ તથ્ય છે કે કર્મ અનાયાસ જ થવા લાગતાં નથી, પરંતુ ચિરકાળથી મનમાં રહેલી વિચારપદ્ધતિનું

પરિણામ હોય છે.

વાસ્તવિક મૂડી ધન નહીં, વિચાર છે. વાસ્તવિક શક્તિ સાધનોમાં નહીં, વિચારોમાં સમાયેલી છે. વ્યક્તિત્વની ચમક વિચારશીલતા ઉપર અવલંબિત છે. વિચાર કરવાની પદ્ધતિથી જીવનને દિશા મળે છે અને દિશા નિર્ધારણ પર ભવિષ્ય સારું કે ખરાબ થાય છે. સાચું તો એ છે કે આજે કોઈ વ્યક્તિ જે સ્થિતિમાં છે તે તેના અત્યાર સુધીના વિચારોનું જ પરિણામ છે અને ભવિષ્યમાં જે કંઈ બની શકશે, તે પણ તેની વિચારશૈલીને લીધે જ બનશે.

કહેવાય છે કે મસ્તકમાં મનુષ્યનું ભાગ્ય લખેલું હોય છે. આપણે ભાગ્યને જ કર્મલેખ પણ કહીએ છીએ. મસ્તિષ્કમાં રહેલા વિચારો જ જીવનનું સ્વરૂપ નક્કી કરે છે અને સંભાવનાઓના તાણાવાણા વણે છે. આથી બીજી રીતે કહીએ તો પણ એ વાત સાચી છે કે ભાગ્યનાં લેખાંજોખાં કપાળમાં લખેલાં રહે છે. કપાળ અર્થાત્ મસ્તિષ્ક (મગજ). મસ્તિષ્ક અર્થાત્ વિચાર. તેથી માનસ-શાસ્ત્રના આચાર્યોએ એક ઉચિત સંકેત કર્યો છે કે ભાગ્યનો આધાર આપણી વિચારપદ્ધતિ જ હોઈ શકે. વિચારોની પ્રેરણા અને દિશા, પોતાને અનુરૂપ કર્મ કરાવી લે છે. આથી “કર્મમાં લખ્યું હોય” જેવી ભાષાનો પ્રયોગ પ્રાચીનકાળથી કરતા હોવા છતાંય તથ્ય એ પ્રગટ થાય છે કે કાર્ય અનાયાસ જ નથી બની જતું, તેની પૃષ્ઠભૂમિ વિચારશૈલી અનુસાર ધીરે ધીરે લાંબે ગાળે બની હોય છે.

હાડમાંસના પિંજરમાં જે જાદૂ ભર્યો છે તે આ વિચાર શક્તિ જ છે. આજ સુધીના માનવીય વિકાસનું સર્વ શ્રેય વિચાર શક્તિની વિશેષતાને જ દઈ શકાય. આજે વ્યક્તિની સ્થિતિ શું છે તે જોઈને તેની ભૂતકાળની વિચારશૈલી કેવી હતી તે બતાવી શકાય છે અને આગળ તેનું ભવિષ્ય શું હશે ? તેની આગાહી એ બાબતના આધારે કરી શકાય છે કે આજે તેનો વિચારપ્રવાહ કઈ દિશામાં વહે છે. વળાંક આવે ત્યારે પરિવર્તન આવી શકે છે. તે ચમત્કાર પણ વિચાર પરિવર્તનનો જ માની શકાશે. વિચાર નિઃસંદેહ મનુષ્ય જીવનનું અતિશય મહત્વપૂર્ણ તથ્ય અને ઈશ્વરીય અનુદાન છે. તેને જો

સરખી રીતે સંભાળીને સુધારી શકીએ તો નરપશુ કે નરપિશાચની સ્થિતિમાં પડેલો માણસ મહામાનવની પંક્તિમાં ઊભો રહી શકે છે. મહત્ત્વપૂર્ણ સફળતાઓનો અધિકારી બની શકે છે અને ઉજ્જવલ ભવિષ્ય માટે ઉજ્જવલ વ્યક્તિત્વ ઉપલબ્ધ કરીને પોતાનો જ નહીં, અનેકોનો પણ ઉદ્ધાર તથા ઉત્કર્ષ કરી શકે છે. માનવના ભૌતિક શરીરમાં દિવ્યતત્ત્વનો જે મહાન અંશ હયાત છે તેને 'વિચાર' જ કહી શકાય. અધ્યાત્મની ભાષામાં તેને જ મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકારનું અંતઃકરણ ચતુષ્ટય કહે છે.

અધ્યાત્મનું સમગ્ર માળખું આપણી વિચારણા, માન્યતા, આસ્થા, નિષ્ઠા અને આકાંક્ષાને પરિષ્કૃત કરવા માટે જ ઊભું કરવામાં આવ્યું છે. ઈશ્વર, કર્મફળ, પુનર્જન્મ, પાપ, પુણ્ય, સ્વર્ગ, નર્ક આદિની માન્યતાઓ અને પૂજા, ઉપાસના, ધર્મ, કર્મ આદિ સમગ્ર કર્મકાંડ, ધર્માનુષ્ઠાન એવા હેતુઓ માટે નિર્મિત કરવામાં આવ્યાં છે કે માણસની વિચાર કરવાની પદ્ધતિ ઉચ્ચ આદર્શો પર અવલંબિત બને. કથા, વાર્તા, સ્વાધ્યાય, સત્સંગ, ધારણા, ધ્યાન શાસ્ત્ર તથા દર્શનની પાછળ છુપાયેલા તથ્યને સમજવામાં આવે તો તેનું મૂળ પ્રયોજન, વિચારોને અસ્તવ્યસ્ત દિશામાં ભટકતા બંધ કરી, તેમને સુસંસ્કૃત બનાવવાનો દૈષ્ટિકોણ જ હશે. લોકો સ્વાસ્થ્ય, શિક્ષણ, ધન, વૈભવ, પ્રભાવ, પદ આદિ સંપત્તિઓનું મહત્ત્વ તો જાણે છે, પણ કોણ જાણે કેમ, અત્યાર સુધી સમજણ નથી આવી કે વાસ્તવિક સંપદા તો વિચારણા જ છે અને તેના જ બળે વિભિન્ન સ્તરની સફળતાઓ તથા સમૃદ્ધિઓનો તાલમેળ બેસે છે.

આપણે અત્યંત બારીકાઈથી આપણી વિચારશૃંખલા ઉપર ધ્યાન દેવું જોઈએ અને એ જોવું જોઈએ કે તેનું સ્તર કયું છે અને એ પ્રવાહ કઈ દિશામાં વહી રહ્યો છે. જો વાસના, તૃષ્ણા, ક્રોધ, લાલચ, આવેશ, ઈર્ષ્યા, દ્વેષ, અહંકાર જેવી આકાંક્ષાઓની પ્રધાનતા હોય, તો સમજવું જોઈએ કે આપણને મૂંઝવી દેનારી પરિસ્થિતિઓમાં જકડાઈને રહેવું પડશે. પોતાના દોષદુર્ગુણોને સમજવાની અને તેમને સુધારવાની આકાંક્ષા જો જાગી જાય, તો સમજવું જોઈએ કે વિચારોનું મહત્ત્વ

સમજમાં આવવા લાગ્યું. કુવિચાર અને અસંસ્કૃત વિચાર જ મનુષ્યના સૌથી મોટા શત્રુ છે અને તેઓ જ પ્રગતિના પંથેથી અવરોધ ઉત્પન્ન કરી, પતનની ખાઈમાં ધકેલે છે. તેથી દૂરદર્શી લોકો પોતાની પરિસ્થિતિ સુધારતા પહેલાં, માનસિક સ્થિતિને નિષ્પક્ષ ભાવે સમજવાની અને તીવ્ર દૃષ્ટિથી એ જોવાની કોશિશ કરે છે, કે કયા અનિચ્છનીય, અસામાજિક અને અનૈતિક વિચારોએ મનોભૂમિ ઉપર કબજો જમાવ્યો છે. જે પ્રકારે શત્રુઓ અને દુષ્ટો દ્વારા આપણા ઉપર થનારા આક્રમણને ખાળવા માટે આપણે સતર્કતાથી વર્તીએ છીએ, સુરક્ષાત્મક તૈયારી કરીએ છીએ, તેજ રીતે મનઃક્ષેત્રમાં કુવિચારોનાં કેટલાં ઊંડાં મૂળ જામી ગયાં છે તેને જોઈને ઉખેડવા માટે પ્રબળ પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. આત્મશોધનને સૌથી મોટો પુરુષાર્થ માનવામાં આવ્યો છે. જેના વડે ચિત્તવૃત્તિઓની ચંચળતા અને કુપથગામિતા ઉપર નિયંત્રણ કરી લેવું જોઈએ. બહારના શત્રુઓ સાથે બદલો લેવો સરળ છે, કારણ કે તેમને જોઈ શકાય છે, પરંતુ આંતરિક શત્રુઓ સમજમાં નથી આવતા અને દેખાતા પણ નથી, તેથી તેમના તરફ ધ્યાન પણ જતું નથી અને બદલો લેવાની આવશ્યકતા જણાતી નથી. તેમની ઉપેક્ષાથી તેઓ પોતાના મૂળ ઊંડે સુધી ફેલાવ્યા કરે છે અને ક્રમશઃ સમગ્ર ચિંતનતંત્ર ઉપર કબજો કરીને મનુષ્યને ગઈગુજરી સ્થિતિમાં લાવી દે છે.

જે પ્રકારે આપણે બીજાના દોષ શોધીને, સમીક્ષા અને આલોચના તથા નિંદા કરીએ છીએ. તે જ રીતે, તેનાથી વધુ કડકાઈથી આપણા વિચાર સંસ્થાનની, ગુણ, કર્મ તથા સ્વભાવની પરખ કરવી જોઈએ. આત્મચિંતન માટેનો આ ક્રમ નિર્ધારિત સમય ઉપર નિત્ય ચલાવવો જોઈએ. અસત્ય, છલ, નિષ્કૃરતા, વ્યભિચાર, બેઈમાની આદિ અસામાજિક અપરાધો પર જ નહીં, પરંતુ આળસ, પ્રમાદ, આવેશ, અસહિષ્ણુતા, કટુભાષણ, અશિષ્ટતા, અધીરાઈ, ચિંતા, નિરાશા, કાયરતા આદિ વ્યક્તિગત દુર્ગુણો ઉપર પણ નજર રાખવી જોઈએ અને તેમને હઠાવીને પ્રતિપક્ષી સદ્વિચારો અને સદ્ભાવનાને મનોભૂમિમાં પ્રતિષ્ઠાપિત કરવાનો એવો જ પ્રયત્ન કરવો જોઈએ, જેવી રીતે ચતુર ખેડૂત પોતાના સૌથી સારા ખેતરમાં બીજ વાવીને

સૌથી સારો પાક ઉગાડવાનો લાભ પ્રાપ્ત કરે છે.

ચોર ઉપર નજર રાખવાથી તેને ચોરી કરવાનો અવસર નથી મળતો અને આપણું નુકસાન થતું બચી જાય છે. એવી જ રીતે આપણા દુર્ગુણો પ્રત્યે પણ સતર્ક રહેવું જોઈએ અને તેમને આક્રમણનો અવસર ન આપવો જોઈએ. જે રીતે ઈઘણ ન મળવાથી જેમ આગ બુઝાઈ જાય છે, તેમ તે પણ સમાપ્ત થઈ જાય છે. જે વિચાર અભ્યાસમાં આવે છે તે મૂળ જમાવે છે અને ક્રિયાન્વિત થાય છે તે જ નુકસાન કરે છે. ખરાબ વિચારોને ચિત્ત ક્ષેત્રમાં પ્રવેશ ન કરવા દેવામાં આવે અને તેમના સ્થાને તુરત જ પ્રતિરોધક ઉચ્ચ વિચાર રજૂ કરવામાં આવે તો ચોર જેવી સ્થિતિના આસુરી વિચારોને પલાયન થવું જ પડશે. તે ત્યાં સુધી જ રોકાય છે જ્યાં સુધી તેમનો પ્રબળ વિરોધ નથી થતો. શ્રેષ્ઠ વિચારોને ચિંતનક્ષેત્રમાં સ્થાન મળે અને તેમને કાર્યાન્વિત થતા રહેવાનો અવસર મળે તો કોઈ કારણ નથી કે આપણા ગુણ, કર્મ તથા સ્વભાવમાં સંમિલિત ન થઈ જાય અને ઉજ્જવલ ભવિષ્યના નિર્માણમાં ભૂમિકા પ્રસ્તુત ન કરે.

વિચાર-નિર્માણમાં સહાયતા કરનાર સત્ સાહિત્યનો ક્રમબદ્ધ સ્વાધ્યાય આ હેતુ માટે નિતાંત જરૂરી છે. સદ્વિચારપુકત, ચરિત્રવાન, શ્રેષ્ઠ ગતિવિધિઓમાં જોડાયેલ વ્યક્તિઓનો સત્સંગ પણ બહુ જ સહાયક સિદ્ધ થાય છે. ભૂલોને માટે પોતાની જાતે જ એકાંતમાં કાનપટ્ટી પકડવી, ઊઠબેસ કરવી, તમાચા મારવા, મરઘો બનવું, ભોજનમાં કાપ મૂકવો જેવા શારીરિક દંડ દઈ શકાય છે. ભવિષ્યમાં તે ભૂતકાળની ભૂલોનું પુનરાવર્તન ન થાય તે માટે સવારે જ નિર્ણય કરી લેવો. દિવસભર સતર્ક રહેવું અને ભૂતકાળની ભૂલોનાં લેખાંજોખાં કરી પ્રાયશ્ચિત્ત કરવામાં આવે તો આ પ્રક્રિયા થોડા જ દિવસોમાં આપણી વિચારશક્તિને શુદ્ધ કરી દેશે. વિવેક, ઔચિત્ય, તર્ક, પ્રમાણ, વસ્તુસ્થિતિની નિષ્પક્ષ ભાવથી તપાસ કરવાનો જો ક્રમ ચાલતો રહેશે તો ઘણીખરી ભ્રાંતિઓ સહજેમાં જ દૂર થઈ જશે અને સુસંતુલિત વિચારણાના આધારે શાંતિ, સમૃદ્ધિ, પ્રગતિ અને મહાનતાની દિશામાં તેજીથી આગળ પધી શકાય છે.

## ૨૭. આરોગ્યરક્ષા માટે સંતુલન આવશ્યક છે

કોઈપણ ભૌતિક કે આધ્યાત્મિક પુરુષાર્થ સ્વસ્થ શરીરથી જ સંભવ છે. શારીરિક સામર્થ્ય ટકાવી રાખીને જ આપણે જીવંત ગણાઈ શકીએ. અસ્વસ્થ, બીમાર અને દુર્બલ તો અર્ધા મરેલા જ કહેવાય. શારીરિક પીડાની સાથે અસફળતા અને અસમર્થતાની મનોવ્યથા પણ જોડાયેલી જ રહે છે. તેથી ઉચિત એ જ છે કે સ્વાસ્થ્ય સંબંધમાં ઉપેક્ષા ન સેવવી જોઈએ.

સ્વાસ્થ્ય દવાદારૂ ઉપર નિર્ભર નથી. તે પૈસાથી ખરીદી શકાતું નથી. કિંમતી ચીજો ખાઈને આરોગ્યરક્ષાની વાત વિચારવી વ્યર્થ છે. આ સુરક્ષા તો આહાર, વિહાર, શ્રમ, સંતુલન ઉપર આધારિત રહે છે. જે તેની વિધિવ્યવસ્થા બનાવી લે છે તે જ સ્વાસ્થ્યનો આનંદ લઈ શકે છે અને તે જ કમજોરી અને બીમારીમાંથી પોતાની રક્ષા કરવા માટે સમર્થ બને છે.

કામમાં ન લેવાતા ચપ્પુને કાટ લાગી જાય છે. કામમાં ન આવતા શરીરની પણ ક્ષમતા ખલાસ જાય છે. જે ખાય છે, તેને પચાવવા અને શરીરનાં અંગોને ગતિશીલ રાખવા માટે પરિશ્રમ કરતા રહેવું આવશ્યક છે. જે સખત મહેનત કરે છે તેનાં અંગ ઉપાંગો મજબૂત બને છે. જ્યારે આરામપ્રિય અને કામચોરોની કાયા અશક્ત થતી જાય છે. તેમને અનાજ પચતું નથી કે ગાઢ નિદ્રા આવતી નથી. અભ્યાસ ન હોવાથી થોડું કામ આવે ત્યાં થાકી જાય છે. બહારથી સારા લાગતા હોવા છતાં પણ, સખત મહેનત ન કરનારા લોકો અંદરથી કમજોર થઈ જાય છે. ભૂખ ઘટી જાય છે, રક્ત પણ ઓછું બને છે. આટલાથી જીવનયાત્રાને દૂર સુધી ખેંચી જવી સંભવ નથી. આરામપ્રિયતા એક અભિશાપ છે. શારીરિક મહેનતથી દૂર ભાગવું અને અસ્વસ્થતાને આમંત્રણ આપવું એક જ વાત છે.

લોકો મગજના કામને મહત્ત્વ આપે છે અને શારીરિક મહેનતની ઉપેક્ષા કરવા લાગે છે. વાયન-લેખન મોડે સુધી કરતા રહેવું પસંદ છે, પણ દેહના પરિશ્રમને બેઈજજતી માનવામાં આવે છે.

પુરુષ ખેતીવાડી આદિ સખત મહેનતથી બચવાનું અને કારકુનની નોકરી કરવાનું પસંદ કરે છે. મહિલાઓ ઘંટી દળવાના, પરસેવો પાડવાનાં કાર્યોથી પાછી પડે છે, તે કરવામાં પોતાની નાનપ સમજે છે. આ જ કારણે સાર્વજનિક સ્વાસ્થ્ય દિવસે દિવસે નીચું જતું જાય છે અને લોકો બીમારી અને કમજોરીમાં જકડાઈ જાય છે.

સ્વાસ્થ્યરક્ષા માટે એ હંમેશાં જરૂરી છે કે દરેકના મનમાં શારીરિક શ્રમનું મહત્ત્વ અને ઉપયોગિતા સારી રીતે ઠસાવી દેવામાં આવે તે વિના આપણી ગરીબી કે બેકારી દૂર નહીં થાય, બીમારી કે કમજોરીથી બચી નહીં શકીએ. પ્રગતિ તથા સફળતા મેળવવા માટે પરિશ્રમ અને પુરુષાર્થ જરૂરી છે અને તે વ્યક્તિ જ આ કામ કરી શકે જેનું શરીર પૂરતું સ્વસ્થ છે, સમર્થ છે. આ તથ્ય જ્યારે આપણી સમજમાં આવશે, ત્યારથી શારીરિક શ્રમ અને સખત મહેનતના કામોમાં, પરસેવો પડે તેવાં કાર્યોમાં રુચિ પેદા થશે. તેને આરોગ્યનું મૂળ સમજીને પોતાની નિયમિત દિનચર્યામાં યોગ્ય સ્થાન આપવા માંડશે.

ઉચિત પરિશ્રમથી શરીર ઘસાતું નથી, પરંતુ સશક્ત અને મજબૂત થાય છે. આજસુ મન તેનો સ્વીકાર ન કરે, તો પણ તેને બળપૂર્વક સમજાવવું જોઈએ. સ્વસ્થ શરીર અને સ્વસ્થ મનનો આધાર શારીરિક પરિશ્રમ ઉપર રહેલો છે. મહેનતથી બચવાનો દંડ, માણસને બીમારી અને કમજોરીથી ઉત્પન્ન હેરાનગતિના રૂપમાં જોડાવવો પડે છે.

પશુપક્ષી પોતાના ખોરાકની શોધમાં, વિનોદ માટે, સ્વભાવતઃ અહીંતહીં ઊડતાં, દોડતાં, ભાગતાં હોય છે. પરિણામે તેમનાં શરીર સુદૃઢ અને સમર્થ રહે છે. પ્રકૃતિની ઈચ્છા એવી જ છે કે દરેક જીવ સખત મહેનત માટે અભ્યાસી બને અને સ્વાસ્થ્ય અને પૂર્ણ આયુષ્યનું સુખ ભોગવે. માનસિક શ્રમથી અધિક પૈસા કમાઈ શકાય છે, પણ શારીરિક શ્રમની પોતાની ઉપયોગિતા છે. ઓછું કમાઈએ કે ન કમાઈએ, તો પણ સ્વાસ્થ્ય અને આરોગ્યની દૈષ્ટિએ હર હાલતમાં મહેનત કરવી જોઈએ, જેનાથી પરસેવો પડે અને ગાઢ ઊંઘનો આનંદ મળે.



જેઓને સુવિધા હોય તેઓ વ્યાયામશાળામાં જઈને દંડ બેઠક, ડબ્લેસ, મગદળ, કુસ્તી આદિ વ્યાયામ કરે. જેમાં નરનારી, બાળકવૃદ્ધ સર્વને પોતાના સાથીઓ સાથે ખેલવા-કૂદવા, ભાગવા-દોડવા, ડ્રીલ, ક્વાયત, લાઠી આદિ ચલાવવાનું શિક્ષણ પ્રાપ્ત કરીને મનોરંજન અને સ્વાસ્થ્ય સંવર્ધનનો અવસર મળે. આવા સંગઠિત પ્રયત્નો એ આજની મુખ્ય જરૂરિયાત છે. સમાજ સેવકોએ દરેક જગ્યાએ એવી વ્યવસ્થા બનાવવી જોઈએ. વ્યક્તિગત રૂપથી આસન, પ્રાણાયામ, સૂર્ય નમસ્કાર આદિ કરી શકાય. સવારે ૩ થી ૪ માઈલ તેજ ગતિથી ચાલવું, ભ્રમણ કરવું સામાન્ય સ્વાસ્થ્ય અને શરીરવાળા માટે ઉપયોગી છે. જેનો ધંધો બેસી રહેવાનો છે તેમને માટે તો ટહેલવાનો વ્યાયામ કાયમ માટે જરૂરી છે. ઘરની આજુબાજુમાં છોડ વાવીને તેની ગોડ્રઈ, સફાઈ, સિંચાઈનું કામ પણ કરી શકાય છે. મહિલાઓ કપડાં ધોવાં, ધંટી ચલાવવી, જેવા પરસેવો પડે તેવાં કામ સ્વયં કરી શકે છે. સ્વેટર ગૂંથવું, ભોજન બનાવવું, એવાં કાર્યોમાં સખત મહેનત થતી નથી. શરીરનાં સર્વ અંગોને પરિશ્રમ પડતો નથી. તેથી શારીરિક પરિશ્રમનો ઉદ્દેશ્ય પૂરો થતો નથી. શરીરના દરેક અંગને પૂરી મહેનત મળે અને પરસેવો નીકળી જાય એવાં કામ દરેક વ્યક્તિએ પોતાના માટે શોધી લેવાં જોઈએ. સ્વાસ્થ્યરક્ષાની દૈષ્ટિએ આ પ્રક્રિયા અતિ આવશ્યક છે.

સ્વાસ્થ્યને બગાડનારા મનોવિકારોથી સતર્કતાપૂર્વક બચવું જોઈએ. તામ્બ, સ્ફરદી, ઉધરસ જેવી બીમારીઓ તો પ્રત્યક્ષ જોઈ શકાય છે, પણ ચિંતા, ભય, ઉત્તેજના, આશંકા, ઈર્ષ્યા, દ્વેષ જેવી માનસિક બીમારીઓ દેખાતી નથી, સમજમાં આવતી નથી, પણ હાનિ તાવ-ઉધરસ કરતાં વધુ પહોંચાડે છે. ચિંતા એક પ્રકારની આગ છે, જે અંદર ને અંદર હાડમાંસ જલાવે છે. જરાક જેટલી વાતમાં ઉત્તેજિત થઈ જવાની આદતથી લોહી ઝેરીલું બને છે અને મગજનું સમતોલન બગડી જાય છે. તેનો પ્રભાવ રક્તાભિસરણ તંત્ર ઉપર પડે છે, જેનાથી અનેક રોગ પેદા થાય છે. ખાધેલું-પીધેલું બધું કોંઈની ગરમીમાં બળી જવાથી આહારનો લાભ મળતો નથી. નિરાશા અને

મૂંઝવણની મનોભૂમિ પાચનક્રિયાને બગાડી નાંખે છે. સર્વ અંગો શિથિલ પડી જાય છે. રક્તસંચાર, મળવિસર્જન અને શ્વાસપ્રશ્વાસની ક્રિયા થોડા જ દિવસમાં ઢીલી પડી જાય છે. તેથી પોતાના ભવિષ્યને અંધકારમય જુએ છે અને અપ્રિય પ્રસંગોને યાદ કરીને દુઃખશોકમાં ડૂબી જાય છે. અનિચ્છનીય પરિસ્થિતિઓનો સામનો કરવા માટે માનસિક સમતોલન અને સૂઝબૂઝની જરૂર પડે છે. ચિંતા, નિરાશા, આવેશ, મૂંઝવણ જેવા મનોવિકાર આ આવશ્યકતાની પૂર્તિમાં સહાયક થતા નથી. ઊલટાના વિચારશક્તિમાં ગરબડ ઊભી કરી સમાધાન શોધી કાઢવાનું વધારે મુશ્કેલ બનાવી દે છે.

બીજાની ઉન્નતિ જોઈને બળ્યા કરવું, બીજાના દોષદુર્ગુણો જ શોધતા રહેવું, ભવિષ્યમાં કોઈ વિપત્તિ આવવાની યા અશુભ ઘટના બનવાની આશંકાથી ડરતા રહેવું, આ આદતો જોવામાં સામાન્ય લાગે છે, પણ બહુ ઓછા માણસો જાણે છે કે સ્વાસ્થ્યને નષ્ટ કરવામાં તેમનો કેટલો મોટો હાથ છે. સદાયે અસંતુષ્ટ રહેતી વ્યક્તિ અનિદ્રા, મસ્તકપીડા, હૃદયના ઘબકારા, મધુપ્રમેહ જેવા અકાળે મૃત્યુને બોલાવનાર રોગોની પકડમાં ફસાઈને સ્વાસ્થ્યને બરબાદ કરે છે. આઠ કલાક કામ કરવામાં એટલી શક્તિ નષ્ટ નથી થતી, જેટલી અરધો કલાક મનોવિકારોનો ઉદ્વેગ સહન કરવાથી થાય છે.

જેઓને સ્વસ્થ રહેવું હોય તેઓ મનને હલકું રાખે. હસવાની આદત પાડે અને ચિંતનને પ્રસન્ન ઉપરાંત સંતુષ્ટ રાખે. જે અભાવ અને મુશ્કેલી સામે હોય, તેનો ધૈર્ય, સાહસ, અને સૂઝબૂઝ પૂર્વક મુકાબલો કરવો. અયોગ્ય પરિસ્થિતિને બદલવા અને સમસ્યાઓને હલ કરવા માટે જે ઉપાય સંભવ હોય, તે યોજનાબદ્ધ રીતે કરવામાં લાગી જવું જોઈએ. જે મુશ્કેલીઓ ટાળી ન શકાય તેમને ધૈર્યપૂર્વક સહન કરવી જોઈએ. સમજદાર અને દૂરદર્શી વ્યક્તિ એવી જ નીતિરીતિ અપનાવે છે અને હાનિ-લાભની ક્ષણોથી બનેલાં જીવનનાં પૈડાં ગબડવતાં પોતાનું કામ ચલાવે છે. તેનાથી વિપરીત છીછરી પ્રકૃતિની વ્યક્તિ જરા જેવી વાતોને, આકાશપાતાળ જેવું મહત્વ આપી સ્વયં દુઃખી થાય છે, સાથીઓને ઉદ્વિગ્ન કરે છે તથા પોતાનું

શારીરિક-માનસિક સ્વાસ્થ્ય બરબાદ કરી નાંખે છે. સ્વસ્થ રહેવા માટે નિશ્ચિત, સંતુષ્ટ, શ્રમશીલ અને પ્રસન્ન રહેવું આવશ્યક છે. આ ગુણો આપણામાં ન હોય તો ઉત્પન્ન કરવા જોઈએ. નહીંતર મનોવિકાર શરીરને નબળું પાડીને પરિસ્થિતિઓને ગૂંચવી નાંખશે.

## ૨૮. સ્વાસ્થ્યરક્ષા માટે પ્રકૃતિનું અનુસરણ

### આવશ્યક

પ્રકૃતિએ દરેક પ્રાણીને એક સ્વાભાવિક ક્ષમતા અને બુદ્ધિ આપી છે, જેના આધારે તે નીરોગી દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરી શકે. આ ક્ષમતા અને બુદ્ધિનો પ્રકૃતિના નિયમોને અનુરૂપ ઉપયોગ કરનારાં સર્વ પ્રાણી નીરોગી રહે છે. વન્ય પ્રદેશોમાં મુક્ત વિચરણ કરનારાં પશુપક્ષીઓને જોઈએ તો તેઓમાંથી કોઈ રોગી નથી દેખાતું. હરણ, શિયાળ, સસલું, સિંહ, કબૂતર કોઈને પણ બીમારીઓમાં ફસાતાં નથી જોયાં. કેવળ એક જ મૂર્ખ જાનવર મનુષ્ય છે, જે પ્રકૃતિની અવગણના કરીને પોતાનો આહારવિહાર કૃત્રિમતાથી કરે છે અને તે અવગણનાને પરિણામે જાતજાતના રોગોનું સંકટ ભોગવે છે. મનુષ્યની પકડમાં ફસાયેલાં પશુઓમાં ધીરે ધીરે અપ્રાકૃતિક આહાર અને વિહારની વિવશતાથી રોગી થવાનો સિલસિલો શરૂ થયો છે.

જો આપણે નીરોગી રહેવા ઈચ્છતા હોઈએ તો તેનો એક જ ઉપાય છે-પોતાના શરીરના બંધારણ મુજબ, તેને અનુરૂપ આહાર વિહાર અપનાવીએ અને કુદરતે જે રીતે રહેવાનો સંકેત આપ્યો છે, તેનું જ અનુસરણ કરીએ. આ પ્રયોજન કહેવાતાં દવાદારૂ અને તથાકથિત પેક ડબ્બાના 'પૌષ્ટિક' આહારોથી પૂર્ણ થઈ શકતું નથી. પ્રકૃતિમાતાનું શરણ જ એક માત્ર ઉપાય છે, જેનાથી વર્તમાન માંદગી અને દુર્બળતાથી છુટકારો મેળવી શકાય છે અને ભવિષ્યને માટે હસતું-ખેલતું દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

આપણે માટે શું અને કયો ખોરાક યોગ્ય છે તેને માટે કોઈ બીજાને પૂછપરછ કરવાની કે પુસ્તકો વાંચવાની જરૂર નથી. મુખના દરવાજે બેઠેલો જીભ રૂપી ડૉક્ટર કોઈ પણ વસ્તુની પરીક્ષા કરીને,

તે બતાવી શકે છે કે પોતાને માટે શું ગ્રાહ્ય અને અગ્રાહ્ય છે. જે વસ્તુઓ શેક્યા વિના, મસાલા કે ગળપણ મેળવ્યા વિના, પોતાના મૂળ સ્વરૂપમાં રુચિકર અને સ્વાદિષ્ટ લાગે, તો સમજવું એ જ આપણું પ્રાકૃતિક શુદ્ધ ભોજન છે. આ દૈષ્ટિએ ફળ આપણું સર્વોત્તમ ભોજન છે. ફળો તરફ રુચિ ઘટી ગઈ છે, તેને આપણું દુર્ભાગ્ય જ કહેવું જોઈએ. નહીંતર જો ફળોની ખેતી કરવામાં આવે તો અનાજ કરતાં પ્રમાણમાં સસ્તી પણ પડે અને પેસા પણ વધારે મળે. મોંઘાં ફળો ખરીદી ન શકીએ તો પણ ઋતુઓ પ્રમાણે શારીરિક સ્થિતિ માટે પૂર્ણ રીતે યોગ્ય એવાં સસ્તાં ફળ પણ મળે છે. તે પણ ઓછાં લાભદાયી નથી. ઋતુ અનુસાર કેરી, જાંબુ, બોર, જામફળ, શેતૂર આદિ ખૂબ પેદા થાય છે અને સસ્તાં પણ મળે છે. કેળાં, પપૈયાં મોંઘાં નથી પડતાં. શાક-વર્ગમાં ઊગી શકે તેવાં કેટલાંયે ફળ સહેજમાં મળી રહે છે. તરબૂચ, સકરટેટી, કાકડી, ચીભડાં, ટમેટાં વગેરે પોતાની ઋતુમાં પુષ્કળ પાકે છે. અનાજ પકાવતાં થોડો સમય તો લાગે, પણ જીવનતત્વ તેમાં પણ ઓછું નથી હોતું. મકાઈ, વટાણા, ચણા, જુવાર, બાજરો આદિ પાકતાં તથા સુકાતાં પહેલાં, લીલાં હોય ત્યારે સ્વાદિષ્ટ લાગે છે અને પ્રકૃતિને અનુકૂળ પણ રહે છે. વડ, ચણા, મગ આદિ સુપાર્ય અન્ન સૂકું જ લેવું હોય તો તેને પાણીમાં ફણગાવી, અંકુરિત કરી ખાઈ શકાય છે. બાફવાની જરૂર પડે તો સુપાર્ય શાક અથવા ચોખા આદિ બાફીને ખાઈ શકાય. ભૂંડકું (દલિયા) થી પણ ગાલી શકે.

આહારને જેટલો વધારે ગરમ કરવામાં આવશે અને તેમાં મરચું, મસાલા, તેલ, ઘી વગેરે જેટલાં વધારે નાખવામાં આવે એટલો જ અહિતકર અને નિઃસત્ત્વ થઈ જશે. આજે જીભને ચટાકેદાર ચખાડીને તેની આદત બગાડીએ છીએ અને એ બગડેલી આદતને જ સ્વાદ માનીને એવો આહાર પ્રપટીએ છીએ. જે સ્વાભાવિક રૂપમાં જેવું હોય તે જ તેનો અસલી સ્વાદ છે. કયો સ્વાદ યોગ્ય છે, તે જેની જીભ ન બગડી હોય, તે સહેજમાં જ બતાવી શકે. મરચું ખાતાં જ જીભ બળે છે. મીઠું ખાતાં જ ઊલટી થાય છે. હીંગ, લવિંગ,

હળદર આદિ ખાઈને કોઈ જુએ તો જીભ સહેજમાં જ બતાવી દેશે કે આ જંજાળ આપણા માટે સર્વથા અગ્રાહ્ય છે, પણ ચતુર કહેવડાવનાર મનુષ્યે જીભને ધીરે ધીરે અનિચ્છનીય ચીજોની ટેવ પાડી દીધી છે અને નશાબાજની જેમ કડવી, ઝેરીલી ચીજોની જેમ તેલ અને મસાલાથી ભરપૂર, ગરમ કરેલાં અને શેકીને નિઃસત્વ કરી નાંખેલાં પકવાન અને મિષ્ટાન્નોને સ્વાદિષ્ટ માનીને છેતરાતો રહે છે. આ આહાર પચવા માટે અયોગ્ય હોય છે અને શરીરને શક્તિ આપવાને બદલે ઊલટાનો સંચિત શક્તિ ખાઈ જાય છે. એવી દશમાં પોષણવિહીન અને જીવનતત્ત્વો વિનાનું અપ્રાકૃતિક ભોજન કરનારા માણસો બીમારીની પકડમાં કસાઈ જાય તો તેમાં આશ્ચર્ય શું ? માંસ, દારૂ, તમાકુ જેવા અભક્ષ્ય પદાર્થ સ્વાસ્થ્યની બરબાદી કરવા સિવાય રતીભાર પણ લાભ નથી આપતા.

સ્વચ્છ આહારની જેમ સ્વચ્છ જલવાયુ પણ નીરોગિતા માટે આવશ્યક છે. સડેલું, ગળેલું, ઝેરીલું ભોજન હાનિકારક છે તે ચાત બધા જાણે છે, પણ એ ભૂલી જાય છે કે વાયુ જે અન્નથી પણ અધિક આવશ્યક છે તે સ્વચ્છ મળવો અનિવાર્ય છે. ભેજયુક્ત, બારી વિનાનાં, જાતજાતની ચીજો ભરેલાં મકાનોમાં ગંદી હવા જ રહે છે. ગલીકૂચીમાં અને ભેજવાળાં મકાનોના બદલે ખૂલી હવામાં, ઝડ નીચે રહેનારા અધિક નીરોગી રહે છે. ધૂળ, ધુમાડો, ભેજ, સડો જ્યાં ભરેલો હોય તેવા વાતાવરણવાળાં સ્થળો ધન કમાવા માટે ભલે યોગ્ય હોય, પરંતુ તે સ્વાસ્થ્યને દિવસે દિવસે ઘટાડતાં પણ જશે. મોં ઢાંકીને, બારી-દરવાજા બંધ કરીને સૂવાની આદત, શ્વાસ દ્વારા શરીરમાં ઝેરીલાં તત્ત્વોને પ્રવેશવા માટેનું ખુલ્લું આમંત્રણ છે. એવું કરનાર નીરોગી કેવી રીતે રહી શકે ?

શ્વાસ માત્ર નાક દ્વારા કે મોં દ્વારા જ નથી લેવાતો કે છોડાતો, જો ચામડી ઉપર હવા બહાર ન નીકળી શકે તેવો મજબૂત લેપ ચડાવી દેવામાં આવે તો માણસ થોડી જ વારમાં બેહોશ થઈ જાય કે મરી જાય. ચુસ્ત કપડાં પહેરીને, બનીઠની રહેનારા લોકો ફેશન ભલે કરી લે, કપડાં ટાઈટ હોય, તો ચામડીને શ્વાસ લેતાં

રોકે છે. વધુ પડતાં કપડાં પહેરવાં એટલે નાક ઉપર પટ્ટી બાંધવા જેવું જ છે. તેનાથી ચામડીની શક્તિ ક્ષીણ થઈ જાય છે અને ઠંડીગરમી સહન કરવાની ક્ષમતા ખોઈ બેસે છે. ફીટ કપડાં પહેરતા માણસોને સાધારણ રીતે શરદી, ગરમી, ઉધરસ, લૂ લાગવી જેવી ફરિયાદો ચાલુ રહે છે. એ પ્રકૃતિના અમૂલ્ય ઉપહાર એવા પ્રાણવાયુની તથા ઠંડી-ગરમીની અવગણના કરવાનું દુષ્પરિણામ છે, જે આપણે બીમારીઓના રૂપમાં ભોગવવું પડે છે. ઉચિત એ છે કે આપણે સ્વચ્છ વાયુમાં રહીએ. મકાનોમાં હવા અને પ્રકાશની પૂરી અવરજવર થવા દઈએ. મોં ઢાંકીને સૂવું નહીં. કપડાં ઓછામાં ઓછાં અને ઢીલાં પહેરીએ.

શારીરિક શ્રમ એટલો થવો જોઈએ કે પરસેવો પડે અને દરેક અવયવને ક્રિયાશીલ રહેવાની આદત પડે. પશુપક્ષી આખો દિવસ આહારની શોધમાં અહીંતહીં ફરતાં રહે છે. તેથી સખત કામની આવશ્યકતા પૂરી કરી લે છે. માણસ આરામપ્રિય થઈ બેઠો રહે છે, પરિણામે હળવું કામ કરવાની પણ આળસ થાય છે. શ્રમ ન કરવાથી હાથપગ જેવા બહારના અવયવો અને આંતરડા, આમાશય, હૃદય, હોજરી જેવા અંદરના અવયવો કમજોર થતા જાય છે અને બીમારીઓના શિકાર બની જાય છે. શરીરને સમર્થ, શક્તિશાળી અને રોગ પ્રતિકારક શક્તિથી સંપન્ન રાખવા માટે કઠોર પરિશ્રમ કાયમ માટે જરૂરી છે. બેસી રહેવાવાળાએ આ પ્રયોજન માટે થોડાક માઈલ ટહેલવા જેવું ફરવા જેવું આસન-વ્યાયામ દ્વારા આ પ્રયોજન પૂર્ણ કરવું. આરામપ્રિય આળસુ બનીને આપણે સુખી રહીશું, એમ ન વિચારવું જોઈએ. સ્મરણ રાખવું જોઈએ કે શ્રમરહિત જીવન નીરોગી કે દીર્ઘજીવી નહીં બને. કઠોર પરિશ્રમ દરેક વ્યક્તિની એક સ્વાભાવિક આવશ્યકતા છે જેની પૂર્તિ કરવા માટે દૈનિક જીવનમાં પરિશ્રમને સમુચિત સ્થાન આપવું જોઈએ.

બ્રહ્મચર્યની બાબતમાં પણ જેટલી સતર્કતા રાખીએ તેટલી ઉત્તમ છે. પશુઓમાં પણ એટલી બુદ્ધિ છે કે, પ્રજનનની આવશ્યકતા ઊભી થાય ત્યારે લાંબા સમય પછી મૈથુન કરે છે. માણસે આ પ્રસંગને

મનોરંજન કે કુતૂહલનો વિષય બનાવીને પોતાને ખોખલો બનાવવાની મૂર્ખતા જ અપનાવી છે. જીવન તત્વની બેહિસાબ બરબાદી કરનાર કેટલા દિવસ નીરોગી અને સશક્ત રહી શકે ? માનસિક ચિંતાઓ, ઉદ્વેગ, આવેશ, ભય, શોક, ક્રોધ, ઈર્ષ્યા, દ્વેષ જેવા મનોવિકાર પણ મન અને દેહને અંદરને અંદર કોતરી ખાય છે. જેણે નીરોગી જીવન જીવવું હોય તેણે બ્રહ્મચર્યની જેમ જ માનસિક સમતોલન, સંતોષ તથા હસીખુશીનું જીવન જીવવાની ટેવ પાડવી જોઈએ. દિવસે બધાં કામ પતી જાય અને રાત્રિ સૂવા માટે મળી જાય. મોડી રાત સુધી જાગવું અને દિવસે સૂવું એ સ્વાસ્થ્યનું મહત્વ સમજનારાએ છોડી જ દેવું જોઈએ. પ્રકૃતિનું અનુસરણ કરીને જ આપણે નીરોગી અને દીર્ઘજીવી બની શકીએ. આ તથ્યને જેટલું જલદી સમજી લેવામાં આવે એટલું વધુ સારું છે.

## ૨૯. આહાર અને વિહારમાં અસંયમી ન બનીએ

શારીરિક સામર્થ્ય માનવજીવનની એક મહત્વની જરૂરિયાત છે, સ્વાસ્થ્ય વિના કોઈ ગતિ નથી. ઘન, વિદ્યા, પદ, સન્માન આદિના ઉપાર્જનમાં જે શ્રમ કરવો પડે છે તે અસ્વસ્થ વ્યક્તિને માટે સંભવ નથી. દુર્બળ મનુષ્યને સંબંધી લોકો અનુપયોગી જ નહીં, થોડા સમય પછી ભારરૂપ માનવા લાગશે અને થોડા સમય પછી સેવાચાકરી, સહાયતા અને સહાનુભૂતિથી પણ મોં ફેરવી લેશે. આ સ્વાભાવિક પણ છે. સ્વયં શારીરિક કષ્ટ સહેવું અને ઈન્દ્રિયસુખોથી વચિત રહેવું એ અસ્વસ્થતાની જ ભેટ છે. આવશ્યક કર્તવ્યોની પૂર્તિ અને મહત્વાકાંક્ષાઓની દિશામાં પ્રગતિ તેમને માટે સંભવ જ નથી, જેઆ અસ્વસ્થતાના કુચકમાં ફસાઈ ગયા છે. તેથી એ આવશ્યક છે કે શારીરિક સમર્થતા ને નીરોગિતા જાળવી રાખવા અને સ્વસ્થતા, પુષ્ટતા વધારવા માટે પૂરતી સતર્કતા રાખવી જોઈએ.

વ્યક્તિગત રૂપથી શારીરિક સ્વાસ્થ્યની રક્ષા માટે (૧) આહાર (૨) વિહાર (૩) શ્રમ (૪) સંતુલનની દિશા સાચી હોવી જરૂરી છે. આ ચારેયને પલંગના ચાર પાયા માનવા જોઈએ. આમાંથી જો એક

પણ ગરબડ કરશે તો અસ્વસ્થતાની સ્થિતિ આવી પડશે. કેટલીકવાર પ્રારબ્ધ અને પરિસ્થિતિવશ સંયમી લોકોને પણ નિર્બળતા અને બીમારીના કુચક્રમાં ફસાવું પડે છે, પણ આવી થોડીક ઘટનાઓ અપવાદ રૂપ છે. સામાન્ય રીતે એક જ સિદ્ધાંત કામ કરે છે કે જે સ્વાસ્થ્યની ઉપેક્ષા કરશે તે અસ્વસ્થતાનો શિકાર બનશે. તેથી આપણે બધાએ એ દિશામાં સતર્ક રહેવું જોઈએ.

આહારના થોડા નિયમો છે. ભૂખથી અર્ધું ખાવું, અર્ધું પેટ અન્નથી, ચોથો ભાગ પાણીથી ભરવો અને ચોથો ભાગ હવાની આવનજાવન માટે ખાલી રાખવો. જે ઇંસીને ખાય છે તે પેટ ઉપર અત્યાચાર કરે છે અને અપચાને આમંત્રણ આપે છે. જે ખાવું હોય તે નિયત સમયે જ ખાઈ લેવું જોઈએ. દિવસભર બકરીની જેમ મોઢું ચાલુ રાખવું તે પાચનક્રિયા સાથે ચેડાં કરવા જેવું છે. હાંડીમા એકવાર ખીચડી નાંખી દીધા પછી ખીચડી થોડી કાચી, થોડી પાકી, થોડી દાઝેલી અને છેવટે બેકાર થઈ જશે. દિનભર ખાતા રહેનારા એવી જ બેકાર ખીચડી પોતાના પેટમાં પકાવે છે અને હાનિ કરે છે. ભોજન સ્વાદને માટે નહીં, શરીરરક્ષા માટે ઔષધિ સમજીને ગ્રહણ કરવું જોઈએ. તેનો સ્વાદ નહીં, ગુણ જોવો જોઈએ. જે વસ્તુ સુપાચ્ય, સાત્ત્વિક હોય તેને જ બહુ ગરમ કર્યા વિના, શેક્યા વિના, મરચું-મસાલાની ભરમાર કર્યા વિના ખાવી જોઈએ. તળેલા, ચટપટા, માવો અને ખાંડ નાંખેલા, ભારે, નશીલા અને માંસ જેવા અભક્ષ્ય પદાર્થોમાં પૈસા પણ અધિક ખર્ચાય છે અને પાચન બરાબર થતું નથી, એટલે લોહી પણ ઝેરીલું બની જાય છે. સ્મરણ રાખવાની વાત છે કે અપચો એ સર્વ રોગોનું મૂળ છે. જેણે અખાદ્ય ખાધું, અનાવશ્યક ખાઈને પેટ બગાડ્યું તેને બીમારીઓની પકડમાંથી કોઈ બચાવી શકતું નથી.

જે ખાવામાં આવે તેને સારી રીતે ચાવવું જોઈએ. ઉતાવળમાં કોળિયા ગળી જવાથી અરધું ચાવેલું ભોજન પેટનો બહુ જ સમય અને શ્રમ લઈને પચે છે. સ્વચ્છતાપૂર્વક અને સ્વચ્છતા સાથે ખાધેલું ભોજન જ સ્વાસ્થ્યકર હોય છે. ગંદકીના સંમિશ્રણથી સારી વસ્તુઓ



પણ જેરીલી બની જાય છે. સડેલી તથા બજારુ ચીજોથી બચવું જોઈએ. જ્યારે ખાવું જ હોય ત્યારે પ્રસન્ન ચિત્ત, સંતુષ્ટ તથા નિશ્ચિત મનોભૂમિ સાથે આહારને ઈશ્વરનો પ્રસાદ સમજીને ગ્રહણ કરવું જોઈએ. અસંતુષ્ટ, રુષ્ટ તથા ઉદ્વિગ્ન મનઃસ્થિતિમાં, મોં ચડાવીને, ખાધેલું ઉત્તમ ભોજન પણ હાનિકારક પરિણામ ઉત્પન્ન કરે છે. આપણા ભોજનમાં શાકભાજી અને ઋતુ પ્રમાણેનાં ફળોની જરૂરી માત્રા રાખવી જોઈએ. તે બહુ મોંઘાં નથી હોતાં, પણ બહુમૂલ્ય વિવિધ પ્રકારના ખોરાક કરતાં લાભદાયક છે.

જ્યાં સુધી પાછલું ભોજન ન પચી જાય, ત્યાં સુધી બીજીવાર ભોજન ન કરવું જોઈએ. કોઈ કારણથી પેટમાં અપચો થઈ ગયો હોય તો એક સમયનું ભોજન તરત બંધ કરી દેવું જોઈએ. અઠવાડિયામાં એક દિવસ કે અર્ધો દિવસ પેટને આરામ આપવો જોઈએ. ઉપવાસ કરવામાં આવે તો સ્વાસ્થ્યની સુરક્ષા માટે બહુ જ લાભદાયક થશે. ઉપવાસનો અર્થ છે નિયત અવધિ સુધી પાણી સિવાય કશું જ ન લેવું. આજકાલના ફળાહારને નામે વિવિધ ચીજો ઠાંસીને કરાતા મશ્કરીરૂપ ઉપવાસ સ્વાસ્થ્યની દૃષ્ટિએ નિરર્થક જ નહીં, હાનિકારક પણ હોય છે. ઉપવાસનો ઉદ્દેશ્ય પેટને વિદ્યામ આપવાનો છે. તેમાં પાણી, ઠંડાઈ કે લીંબુનું શરબત જેવાં હલકાં પીણાં જ ચાલી શકે.

થાળીમાં ઓછામાં ઓછી જાતના ભોજ્ય પદાર્થો હોવા જોઈએ. ખાદ્ય પદાર્થોની ભરમારથી થાળી સજાવીને, મહેમાનગતિ, ચટોરાપણું કે અમીરીનો દેખાડો ભલે કરીએ, પણ પાચનની દૃષ્ટિએ તેમાં માત્ર હાનિ જ છે. આપણા દેશમાં ભોજનને વધારે પડતું શેકવામાં કે તળવામાં આવે છે, તેથી આહારનાં પોષકતત્ત્વો જ બળી જાય છે અને ખાવામાં મૂળ પદાર્થનો કોલસો જ હાથમાં આવે છે. મિષ્ટાન્ન અને પકવાન, દૂધ અને અન્ન જેવા પદાર્થોને ગરમ કરવાથી કે શેકવાથી કંઈ જ પોષક તત્ત્વ બચતું નથી. તેથી ઉચિત તો એ છે કે પકાવતી વખતે ઓછામાં ઓછો અગ્નિસંપર્ક રાખવો. જે શાકભાજી, ફળ તથા અનાજ રાંધ્યા વિના ખાઈ શકાય તેને તે સ્વરૂપમાં ખાવાં

જોઈએ. જેની છાલ ખાઈ શકાતી હોય, તેને છાલ સહિત ખાવાં જોઈએ, કેમ કે પોષકતત્ત્વો, વધુ પડતાં છાલમાં જ હોય છે. લોટ અને દાળ પણ છોડાં-ફોટરાં સહિત લેવાં જોઈએ. ખાંડ કરતાં ગોળથી ઘણું ઓછું નુકસાન થાય છે. જેને રાંધવું હોય, તેને માત્ર બાફી લેવું જોઈએ. દલિયા, (થૂલી), ચોખા, ખીચડી, શાક વગેરે વરાળ દ્વારા-કૂકરથી રાંધવાં, જેથી તેમાં પોષક તત્ત્વો જળવાઈ રહેશે. સદ્ભાવનાવાળી વ્યક્તિઓ દ્વારા પકાવેલું, પીરસેલું અને હસીપુશીવાળા વાતાવરણમાં હળીમળીને ખાધેલું સસ્તું ભોજન પણ સ્વાસ્થ્યની દૈષ્ટિએ બહુ જ ઉપયોગી સિદ્ધ થશે. આહાર સંબંધી આ મુખ્ય નિયમોની ટેવ પાડવામાં આવે તો સમજવું જોઈએ કે શારીરિક સામર્થ્યની પ્રથમ મંજિલ પાર કરી દીધી.

આહાર પછી વિહારનું સ્થાન છે. વિહારનો અર્થ છે નિયમિત અને વ્યવસ્થિત આચરણ. સ્વાસ્થ્યની દૈષ્ટિએ નિયમિતતાનું ભારે મહત્ત્વ છે. નિયમિત સમયે સૂવું, જાગવું, નહાવું આવશ્યક છે. નિત્યકર્મોમાં જે અસ્તવ્યસ્તતા, અનિયમિતતા વર્તીએ છીએ તે સ્વાસ્થ્યને જોખમમાં મૂકી દે છે. કેટલાય માણસો બહુ આળસુ અને બેપરવાહ હોય છે. પોતાની દિનચર્યાનો કોઈ ક્રમ રાખતા નથી. જેમ મનમાં આવે તેમ કરી લેવાની આદત શરીરરક્ષાની દૈષ્ટિએ એક ગંભીર ખતરો છે.

દિવસ કામ કરવા અને રાત્રિ સૂવા માટે છે. નવ-દસ વાગ્યાથી વધુ ન જાગવું જોઈએ અને પ્રાતઃ સૂર્યોદયથી પહેલાં ઊઠી જવું આવશ્યક છે. ઊઠતાં જ મળમૂત્ર વિસર્જનની નિત્યક્રિયા કરવી જોઈએ. જ્યારે સંડાસ લાગશે, ત્યારે જઈશું એવી નીતિ બહુ ખરાબ છે. આદતોનો શરીર ઉપર ભારે પ્રભાવ પડે છે. મળવિસર્જન, શારીરિક સ્વચ્છતા અને ભોજન આદિનો સમય જો નિર્ધારિત નહીં હોય તો પાચનતંત્રની ક્રિયામાં બહુ જ નુકસાન થશે. જ્યારે કુરસદ મળે ત્યારે ખાવાની ટેવ પેટને ખરાબ કરી નાંખે છે. સતર્ક અને સમજદાર લોકો શારીરિક ક્રિયાઓ સમયસર કરવાનું પૂરું ધ્યાન રાખે છે અને તે રીતે પોતાના આરોગ્યને નષ્ટ થતું બચાવે છે. દિનચર્યાને

વ્યવસ્થિત બનાવી લેવી તે આરોગ્યરક્ષા માટેની ગેરન્ટી છે. સવારે ઊઠવાથી માંડીને રાત્રે સૂતા સુધીની ક્રમબદ્ધ વિધિવ્યવસ્થા કરી લેવી જોઈએ. સમયનું વિભાજન જે ક્રમથી કરવામાં આવે, કાર્યપદ્ધતિ જેવી પણ નક્કી કરવામાં આવે, તેનું કડકાઈથી પાલન કરવું જોઈએ. શૌચ, સ્નાન, વ્યાયામ, ભોજન, વ્યવસાય, અધ્યયન, ખેલ, શયન આદિની કાર્યપદ્ધતિ નિર્ધારિત ક્રમથી ચાલવી જોઈએ. તેથી શરીરની આંતરિક પ્રણાલી એક સરખી ચાલે અને દરેક કાર્ય કોઈ પણ અડચણ વિના સહજ અને સુચારુ રૂપથી ચાલ્યા કરે છે. આ પ્રકારની વ્યવસ્થાનો સ્વાસ્થ્ય પર બહુ જ અનુકૂળ પ્રભાવ પડે છે અને લાંબા સમય સુધી તેને કાર્યક્ષમ બનાવી રાખે છે.

સંયમનો અર્થ બ્રહ્મચર્યની વાત ગાંઠે બાંધી લેવાનો છે. શક્તિઓનો ક્વોટા સીમિત છે. તેને બહુ જ સમજી વિચારીને ખર્ચ કરવો જોઈએ. આવક ઓછી અને ખર્ચ વધુ કરનાર દેવાળિયા જ કહેવાશે. એવું ન બને કે આપણે અતિ ઉત્સાહમાં અસંયમની દિશામાં દાંડવા લાગીએ અને ઈન્દ્રિય વાસનાઓના અગ્નિમાં આપણાં બહુમૂલ્ય જીવનતત્ત્વોને હોમી દઈએ. વિશેષ રીતે કામેન્દ્રિય અને એ સંબંધી મનોવિકારો ઉપર કડકાઈથી અંકુશ રાખવો જોઈએ. આહારની જેમ જ વિહાર ઉપર પણ ખરેખર ધ્યાન રાખવામાં આવે તો નિઃસંદેહ આપણે સ્વાસ્થ્યરક્ષાની દૈષ્ટિએ ઘણી હદે સફળ થઈ શકીએ.

### ૩૦. સંયમી બનો, સુખી રહો

મનુષ્યના શરીર અને મનમાં શક્તિઓનો અખૂટ ભંડાર ભરેલો છે. તેને નષ્ટ થતો બચાવી શકાય અને તે બચતનો સદુપયોગ કરવામાં આવે તો અપેક્ષિત દિશામાં આશાજનક સફળતાઓ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. આ તથ્યને નહીં સમજતાં, આપણે આપણી બહુમૂલ્ય શક્તિઓનો નિરર્થક અપવ્યય કરતા રહીએ છીએ અને ઈશ્વરની આપેલી શક્તિના ભંડારને ગુમાવીને ખોખલા, બીમાર, અશક્ત અને અસફળ જીવન જીવતાં મોત સુધીના દિવસો પૂરા કરીએ છીએ.

શરીર અને મન પોતપોતાના આહારો દ્વારા શક્તિઓનું નિરંતર

ઉત્પાદન કરતાં રહે છે અને આપણો સામર્થ્ય ભંડાર નિરંતર વધતો રહે છે. આ અપવ્યયને જો બચાવી શકાય અને તેને રચનાત્મક દિશામાં પ્રયોજવામાં આવે તો નિઃસંદેહ કોઈ પણ દિશામાં આશાજનક પ્રગતિનો સુયોગ મળી શકે છે.

સંયમનો અર્થ છે-શક્તિઓના અપવ્યયને રોકવો. આ અપવ્યય મોટેભાગે આપણી ઈન્દ્રિયો દ્વારા થાય છે. ઈન્દ્રિયોમાં બે મુખ્ય છે-એક જીભ અને બીજી જનનેન્દ્રિય.

જીભ દ્વારા આપણે નિરર્થક બકવાસ કરતા રહીએ છીએ. નિન્દા, ચાડી, શેખી તથા ગપ્પાં હાંકવામાં જીભની બહુ જ શક્તિનો અપવ્યય કરતા રહીએ છીએ. અસત્ય અને કડવું બોલવામાં જીભનો સંયમ જો રાખવામાં આવે તો આપણી વાણી એટલી પ્રભાવશાળી થઈ શકે કે બીજા ઉપર તેનો આશ્ચર્યજનક પ્રભાવ પડે અને વરદાન-આશીર્વાદ દેવાની ક્ષમતા ઉત્પન્ન થઈ જાય. નિરર્થક બકવાસથી આપણું મનોબળ બહુ જ નષ્ટ થાય છે. વાચાળ વ્યક્તિની આંતરિક ક્ષમતા કમજોર થતી જાય છે. છેવટે તે માત્ર વિદૂષક જ રહી જાય છે. મૌનને તપ માનવામાં આવ્યું છે. તપસ્વીઓ જેવું મૌન દરેકને માટે તો સંભવ નથી, પણ એટલું તો કોઈ પણ કરી શકે છે કે નિરંતર બકવાસ ઉપર નિયંત્રણ કરે અને એટલું જ તોલી તોલીને બોલે, જે પોતાના માટે અને બીજા માટે આવશ્યક અને હિતકર હોય.

જીભનો બીજો અસંયમ છે- ચટોરાપણું અર્થાત્ સ્વાદપ્રિયતા. વિકૃત સ્વાદ માણવા માટે આપણે અનિચ્છનીય, અભક્ષ્ય પદાર્થો ખાઈએ છીએ. સ્વાદનું આકર્ષણ આવશ્યકતાથી અધિક માત્રામાં ખાવા માટે લલચાવે છે. આ વધારાની માત્રા પેટ ઉપર ભારરૂપ બને છે, તેને દિવસે દિવસે નબળું પાડે છે. મસ્તલા એક પ્રકારનું ધીમું ઝેર છે. તે જીભ, પેટ, આંતરડા અને જઠરના દરેક ભાગોને બાળે છે. ઉત્તેજનામાં માણસ ખાય છે તો વધુ પણ માત્રાથી અધિક પચાવે કોણ ?

ધીરે ધીરે અપયો વધતો જાય છે અને પાચનતંત્ર એટલું નબળું પડી જાય છે કે અલ્પ માત્રામાં પણ આહાર પચાવવો મુશ્કેલ

બને છે. અહીંથી નિર્બળતા અને બીમારીની શરૂઆત થાય છે. પર્યા વિનાનું ભોજન માત્ર પેટનો ભાર જ છે. તે શક્તિ પેદા નહીં કરી શકે તો દુર્બળતા વધશે. અપચાને કારણે પેટમાં જે ઝેરીલો સડો પેદા થાય છે, તે જ શરીરના વિભિન્ન અંગોમાં પહોંચીને ત્યાં વિભિન્ન રોગોનું સર્જન કરે છે અને વ્યકિત વ્યથા, પીડાઓ ભોગવતો અકાળ જ કાલગ્રસ્ત થાય છે.

લૂકમાન સાચું કહેતા હતા કે, “આદમી પોતાની જીભથી જ પોતાની કબર ખોદે છે.” જીભ જો કાબૂમાં હોય તો મીઠાઈ, ખટાશ, મરચું, મસાલા આપણી ઉપર સવાર કેવી રીતે થઈ જાય અને જાતજાતના ખાદ્યપદાર્થો, પકવાન, અથાણું ચટણી વગેરેની લાલસા કેવી રીતે થાય ? લોકો તો એમ જ સમજે છે કે આપણે સ્વાદિષ્ટ અને કિંમતી ચીજો ખાઈને મજા કરી, પણ વસ્તુતઃ એ પોતાના જ પગ ઉપર કુહાડી મારવા જેવું છે. જો આપણે સ્વાદને મહત્ત્વ ન આપીએ અને માત્ર ગુણ અને લાભને ધ્યાનમાં રાખીને ઔષધિની જેમ સાત્ત્વિક આહાર લઈએ તો પેટ ખરાબ ન થાય અને દુર્બળતા અને બીમારીના શિકાર ન બનવું પડે. એક જીભ જ એવી છે કે જે સ્વાદ અને ચટાકાનો શિકાર બની આપણા સ્વાસ્થ્ય, આનંદ અને દીર્ઘજીવન ઉપર કુઠારાઘાત કરે છે.

જનનેન્દ્રિયનો સંયમ તેનાથી વધુ મહત્ત્વપૂર્ણ છે. શરીર જે કઈ પ્રાપ્ત કરે છે, તેનું સારતત્ત્વ-દૂધમાંથી ધીની જેમ-બનાવે છે. તેનું જ નામ શુક્ર, વીર્ય અને છેવટે ‘ઓજસુ’ છે. ચહેરા ઉપર ચમક, વાણીમાં પ્રભાવ, આંખોમાં જ્યોતિ, મસ્તિષ્કમાં મેઘા, સ્વભાવમાં સાહસ આ જ તત્ત્વનું પ્રતિક્ષણ છે. દેહમાં એનાં થોડાં જ બુંદ રહે છે, પણ તે સમગ્ર પ્રતિભાના રૂપમાં પ્રજ્વલવાન બને છે. તેમાં એટલું સામર્થ્ય છે કે પોતાના જીવા કેટલાયે મનુષ્યો વિનિર્મિત કરી શકે. આ આશ્ચર્યકારક શક્તિને જ “સર્પનો મણિ” કહી શકાય. કહેવાય છે કે સર્પ જ્યારે પોતાનો મણિ ખોઈ નાંખે છે ત્યારે તેનું શરીર નિર્જીવ જેવું બની જાય છે. માણસની પણ એ જ સ્થિતિ છે. આ સારતત્ત્વનો જેટલા પ્રમાણમાં અપવ્યય કરે છે તેટલા પ્રમાણમાં

શારીરિક અને માનસિક દૃષ્ટિથી એટલો જ તે દુર્બળ બની જાય છે. કામુક વ્યક્તિ નથી નીરોગી રહી શકતી કે નથી દીર્ઘ જીવનનો આનંદ લઈ શકતી. તેને અનેક રોગ ઘેરી લે છે અને મનસ્વિતા ગુમાવીને દીન, દુર્બળ, કાયર, ભીરુ, અસ્થિર અને શૂન્યમનસ્ક બનાવી દે છે. બ્રહ્મચર્યની દિશામાં અસંયમી રહેનારા રોગિષ્ઠ અને દુર્બળ સંતાનો જ ઉત્પન્ન કરશે. કામુકતા ઉપર અંકુશ રાખવો, બ્રહ્મચર્યનું સમુચિત ધ્યાન રાખવું, જનનેન્દ્રિયનો સંયમ રાખવો તે દરેક વિચારશીલ વ્યક્તિ માટે આવશ્યક છે. જેને શારીરિક પરિપુષ્ટતા, દીર્ઘજીવન અને સમર્થ મનસ્વિતાની આવશ્યકતા છે તેણે આ તથ્ય ગાંઠે બાંધી લેવું જોઈએ, કે શરીરના સારતત્ત્વને ગમ્મતનો વિષય ન બનાવે. સંતાન વૃદ્ધિની જેટલી આવશ્યકતા હોય તેને અનુરૂપ વાસનામાં ઢીલ મૂકવી, અન્યથા આ દિશામાં નિરંતર મર્યાદાઓનું પાલન કરવું. લગ્નનો ઉદ્દેશ્ય બે આત્માઓનું પવિત્ર બંધન છે. એક બીજાના શારીરિક, માનસિક સારતત્ત્વને નષ્ટભ્રષ્ટ કરવા લાગી જવું એ લગ્ન મૈત્રી નથી, તે તો પ્રત્યક્ષ શત્રુતા છે.

દાંપત્યજીવનની બહારનો દુરાચાર તો અતિ ખરાબ છે. અપ્રાકૃતિક દુર્બુદ્ધિનો ચોરીછૂપીથી પ્રયોગ કરવો તે આજના નવયુવકોમાં બહુ જ વધુ પ્રમાણમાં જોવામાં આવે છે. આ દુર્વ્યસનથી તે કળીઓ અસમયે કરમાઈ જાય છે. જુવાનીનો હજુ આરંભ જ નથી થયો ત્યાં વૃદ્ધાવસ્થા ઘેરો ઘાલે છે. કેટલાયે નાસમજ છોકરાઓ “જે ઝાળ ઉપર બેસવું, તેને જ કાંપવી” જેવી દુર્બુદ્ધિ ચરિતાર્થ કરતા રહે છે. તેમને શીખવવું જોઈએ કે જીવનરસને ફૂલઝડી સમજીને તેને સળગાવવાનો આ ખતરનાક ખેલ છે. તેનો કુતૂહલ માટે પ્રયોગ ન કરો. તેની કિંમત આગળ જતાં ભારે પશ્ચાત્તાપ સાથે ચૂકવવી પડશે. તે જ રીતે નરનારીના પવિત્ર સંબંધોની પુણ્ય પરંપરામાં ઝેર ભેળવવું દરેક દૃષ્ટિથી અનિચ્છનીય છે. પ્રેમ અને મૈત્રીનો અર્થ કામુકતા નથી. શુભચિતક અને હિતેચ્છુ હોવાનો અર્થ પોતાના પ્રિયપાત્રનું ચરિત્ર ખંડિત કરવું અને તેને ગૃહસ્થજીવન પ્રત્યે અનાસ્થાવાન બનાવવું એવો નથી. નર અને

નારીમાં પણ પવિત્ર પ્રેમ હોઈ શકે છે. તેમાં કોઈ દોષ નથી, પણ તે મૈત્રી કામુકતાથી ઝેરયુક્ત બને તો સમજવું જોઈએ કે એ સદ્ભાવનાની 'આડશ' માં દુષ્ટ પ્રયોજનો મુક્ત રીતે ખેલી રહ્યાં છે. નરનારીની વચ્ચે પાંગરતી મિત્રતા વિષાકત થતી બચી રહે અને તેનાં દૂરગામી દુષ્પરિણામોથી વ્યક્તિ અને સમાજને ખરાબ ફળ ન ભોગવવાં પડે તો સારું.

અન્ય ઈન્દ્રિયો પણ એવી જ છે, જેને સંયમની તાલીમ મળવી જોઈએ. આંખોમાં શુદ્ધ સૌંદર્યની આકાંક્ષા ભલે રહે, પણ કામુકતાની દુર્ભાવનાથી ચારે બાજુ વિખરાયેલા સૌંદર્યને ન જોવું. તેનાથી કંઈ જ પ્રાપ્તિ થતી નથી. કેવળ આંતરિક શક્તિ નષ્ટ થશે અને અકારણ ઉદ્વેગ વધશે. મન ગંદું થશે. કુમાર્ગે કદમ વધશે અને છેવટે પતનને પંથે ગબડી પડવાનો જ અવસર આવી જશે. આંખો માટે એ જ શ્રેષ્ઠ છે કે તે સૌંદર્યને ઊંકુષ્ટ આધ્યાત્મિકતાની પવિત્ર દૃષ્ટિથી જોઈએ અને હરઘડી પ્રસન્ન અને સંતુષ્ટ રહેવાની સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરીએ. કાન શૃંગાર અને અશ્લીલતા સાંભળવા લલચાય નહીં. નિંદા-ચાડીમાં રસ ન લેવો. બીજાં ઘણાં જરૂરી તથ્યો સાંભળવા માટેની પ્રવૃત્તિમાં તેને શા માટે વાળી દેવામાં ન આવે ? નાક માંસ, દારૂ જેવી અભક્ષ્ય દુર્ગંધને શા માટે સહન કરે ? નાકની સ્વાભાવિક પ્રીતિ સ્વચ્છતા અને સાત્ત્વિકતાને પસંદ કરવામાં છે. સારું તો એ છે કે આપણું નાક સાચો રસ્તો બતાવવામાં સમર્થ બની રહે.

સંયમ અર્થાત્ શક્તિસંચય. અસંયમ અર્થાત્ સામર્થ્યની બરબાદી. એક મહાન તથ્ય છે કે બરબાદીનું અવલંબન કરનારો એક દિન દેવાળિયો બની જાય છે અને જે થોડું થોડું બચાવી રાખે છે તેની સંપદો સમય સમય ઉપર અનેક સુવિધાઓ પ્રસ્તુત કરે છે. ઈન્દ્રિયોનો સંયમ પોતાની જાતને બરબાદીથી બચાવી સમૃદ્ધિની દિશામાં અગ્રેસર કરવાનો બુદ્ધિમતાપૂર્ણ પ્રયાસ છે. તેમાં જ આપણા સર્વનું કલ્યાણ છે.

## ૩૧. આપણે અસ્વચ્છ ન રહીએ, તિરસ્કૃત ન બનીએ

અસ્વચ્છતા મનુષ્યની આંતરિક અને ગર્હગુજરી સ્થિતિનો પરિચય આપે છે. ગંદો મનુષ્ય તે બાબત પ્રગટ કરે છે કે તેને અનિચ્છનીયતા હઠાવવા અને શ્રેષ્ઠતા સ્થાપવામાં કોઈ રુચિ નથી. બેપરવાહ, આળસુ અને પ્રમાદી લોકો જ ગંદા જોવામાં આવે છે. જે અનિચ્છનીયતા સાથે સમાધાન કરી, તેને ગળે લગાવી શકે. તેઓ જ ગંદા રહી શકે છે. ગંદકી જોવામાં બધાને ખરાબ લાગે છે, તેવી વ્યક્તિ પ્રત્યે સહજ રીતે જ ધૃષ્ટા ઉત્પન્ન થાય છે. ગંદાને કોણ પોતાની પાસે બેસાડવા ઈચ્છે ? દુર્ગન્ધથી કોણ પોતાનું નાક, મલિનતાથી કોણ પોતાની આંખ અને હલકી પ્રવૃત્તિને જોઈને કોણ પોતાની મનોદશા ક્ષુબ્ધ કરવા ઈચ્છે ? જેને તિરસ્કાર, અપમાન, ધૃષ્ટા, અસહયોગ, ઉપેક્ષા અને નિંદા પ્રાપ્ત કરવી હોય, બીજાની નજરમાં પોતાનું સ્તર નીચું દેખાડવું હોય તેમને માટે સરળ માર્ગ ખુલ્લો પડ્યો છે-ગંદા રહેવાનું શરૂ કરી દે. ઉપરોક્ત સર્વ અભિશાપ તેમને સહજમાં મળવાના શરૂ થઈ જશે.

ગંદકી સ્વાસ્થ્યની દૈષ્ટિએ ઘણી હાનિકારક છે. તેને બીમારીનો સંદેશ વાહક અથવા આમંત્રણ કહી શકાય. જ્યાં ગંદકી રહેશે ત્યાં બીમારી જરૂર પહોંચી જશે. ગંદકી સાથે બીમારીને બહુ જ પ્યાર છે. ફૂલોની તપાસ કરતું પતંગિયું જે રીતે ફૂલ ઉપર જઈ પહોંચે છે તે જ રીતે જ્યાં ગંદકી ફૂલીફાલી હશે, ત્યાં બીમારી પણ શોધીને જરૂર પહોંચી જશે. બીમારી પણ ગંદકી ફેલાવે છે, એ તો ઠીક છે, પણ એક વાત નિશ્ચિત છે કે જે ગંદા છે તેઓ સ્વસ્થ નહીં રહી શકે. જેને બીમારી પ્રત્યે પ્યાર હોય તેણે ગંદા રહેવાનું શરૂ કરી દેવું. તેની પ્રિય દેવી બોલાવ્યા વિના જ દોડતી ચાલી આવશે.

મનુષ્યની મૂળ પ્રકૃતિ ગંદકીની વિરુદ્ધ છે. તેથી કોઈ વ્યક્તિ કે પદાર્થને ગંદા જોઈએ છીએ, તો અનાયાસ જ ધૃષ્ટા ઉત્પન્ન થાય છે



અને ત્યાંથી દૂર હઠી જવા માટે જીવ ઈચ્છા કરે છે. તેથી જેને મનુષ્યતાનું જ્ઞાન છે તેમણે ગંદકી હઠાવવાનો સ્વભાવ પોતાની પ્રકૃતિમાં અનિવાર્ય રીતે જોડી દેવો જોઈએ. કહેવાની જરૂર નથી કે ભારત જેવા ગરમ દેશમાં દરેક વ્યક્તિએ સ્નાન કરી, બરછટ ટુવાલથી શરીરને ઘસીને લૂછવું જોઈએ. બે લોટા પાણી પીઠ ઉપર રેડી દેવું અને ઉપરથી ભીના શરીરે કપડાં બદલી લેવાં, તે ન નહાવા કરતાં યે વધારે ખરાબ છે. તેનાથી દેહનો મેલ છૂટો પડતો નથી, પરંતુ પાણી પડવાથી વધુ સડો છે. નહાવું હોય તો એવી રીતે નહાવું જોઈએ કે શરીરનું એક પણ ગુપ્ત કે પ્રગટ અંગ ટુવાલથી લૂછ્યા વિના ન રહે. બરછટ ટુવાલથી એવી રીતે લૂછવું કે ચામડી ઉપર થોડી લાલિમા પ્રગટ થઈ આવે. ઠંડીના સમયે બંધ સ્નાનઘરમાં નાહી શકાય. નબળા માણસો ગરમ પાણી લઈ શકે. બીમારોએ ભીના ટુવાલથી 'સ્પંજ' કરી લેવું. એ હાલતમાં દરેક વ્યક્તિ માટે સ્વચ્છતા ખાતર સ્નાન આવશ્યક માનવું જોઈએ. શીતળા જેવા રોગોમાં લાચારી થઈ જાય તે જુદી વાત છે. નહીંતર બીમારોએ સ્વચ્છતા કઈ રીતે જાળવવી તેનો કોઈક રસ્તો ચિકિત્સકોની સલાહથી કાઢવો જોઈએ.

અન્ય સર્વ ઈન્દ્રિયોનાં ઇન્દ્રોને સારી રીતે સાફ કરવાં જોઈએ, નહીંતર ત્યાં મેલ જામશે અને સડવા લાગશે. મુખની સફાઈ બહુ જ ધ્યાન દેવા યોગ્ય છે. જીભ ઉપર મેલની છારી જામવા માંડે છે અને દાંતોની તિરાડમાં અન્નના કણ ભરાઈ રહે છે. પછી સડો પેદા થાય છે. મુખમાંથી દુર્ગંધ આવવાનાં આ બે જ કારણ છે. સવારે કોગળા કરતી વખતે દાંતોને સારી રીતે સાફ કરવા. રાત્રે સૂતી વખતે પણ મુખની સફાઈ કરવી જરૂરી છે. તેથી દાંત અધિક લાંબો સમય ટકશે. મુખમાંથી દુર્ગંધ નહીં આવે અને લોકો આપણાથી દૂર પણ નહીં ભાગે.

જે કપડાં શરીરને સ્પર્શ કરતાં હોય, તેમને વિશેષ ધ્યાન દઈને સાબુથી રોજ ધોવાં જોઈએ. બનિયાન, અન્ડરવેર, ધોતી, પાયજામો આદિ પરસેવો શોષતાં રહે છે અને રોજ સાબુ અને તડકાની અપેક્ષા

રાખે છે. કોટ જેવાં કપડાં, જે પરસેવાવાળાં થતાં નથી, તેને નિત્ય ધોવાની જરૂર નથી. ભારે બિસ્તરને ધોવા મુશ્કેલ પડે, પણ શરીરને સ્પર્શ કરતી ચાદરો જલદી જલદી બદલતા રહેવું જોઈએ અને ગાદલાંને દરરોજ તીવ્ર તડકામાં સૂકવવાં જોઈએ.

ઘરનાં વાસણ એવી રીતે ન રાખવાં કે જેથી તેમના ઉપર ઉદર અને ગરોળી પેશાબ કરે, કારણ કે આ ઝેરથી ગુપ્ત બીમારીઓ શરીરમાં ધૂસી જાય છે. ઉઘાડા ખાદ્યપદાર્થોમાં કીડા-મંકોડા ધૂસી જાય છે. તેથી દરેક ખાદ્યપદાર્થો ઢાંકેલા રાખવા. કપડાં, વાસણ, ફર્નિચર, પુસ્તકો, પગરખાં તથા અન્ય સામાન યથાસ્થાને રાખ્યો હશે તો સુંદર લાગશે. નહિ તો વિખરાયેલી અને અસ્તવ્યસ્ત ચીજો ક્યારો અને ગંદકીનું સ્વરૂપ ધારણ કરી લેશે, પછી ભલે ને ગમે તેટલી મૂલ્યવાન કેમ ન હોય ? જે વસ્તુને લૂછવા-ઝપટવામાં નહીં આવે તેના ઉપર ધૂળનું પડ જામી જશે. પછી સતત ઋતુપ્રભાવ લાગી જવાથી મેલી-પુરાણી થઈ જશે. દરેક ચીજ સફાઈ, મરામત અને વ્યવસ્થા માગી લે છે. ઘરનો દરેક પદાર્થ આપણી પાસે એવી આશા રાખે છે કે તેને સ્વચ્છ અને સુવ્યવસ્થિત રાખવામાં આવે. જેને સ્વચ્છતા પ્રત્યે સાચો પ્રેમ છે તેઓ શરીરનો શણગાર કરીને બેસી નહીં રહે, પણ જ્યાં રહેશે, ત્યાં પદાર્થની શોભા, સ્વચ્છતા અને સુસજ્જતાનું ધ્યાન રાખશે. મકાનની ટૂટકૂટ અને લીંપણનું, કમાડને રંગવાનું ધ્યાન રાખવામાં આવે, તો બહુ ખર્ચ થતો નથી. થોડો થોડો સમય બચાવીને, ઘરના લોકો હળીમળીને સહજ રીતે એક મનોરંજનની જેમ કામ કરતા રહે તો ઘર-પરિવારમાં, શરીર અને બાળકોમાં માનવોચિત સ્વચ્છતાનું દર્શન થઈ શકે છે. કલાત્મકતા સ્વચ્છતાથી શરૂ થાય છે. અનિચ્છનીયતાને અસ્વીકાર કરવાની પ્રવૃત્તિનું અભિવર્ધન શરીરથી શરૂ થઈ વસ્ત્રો સુધી અને મનથી લઈને વ્યવહારની સ્વચ્છતા સુધી વિકસિત થતું જાય છે અને આ સારી ટેવને સહારે પરમ સૌંદર્યથી ભરેલા આ વિશ્વમાં ભગવાનની પ્રકાશવાન કલાત્મકતાને જોઈને, આનંદ વિભોરે થઈને, પૂર્ણતાના લક્ષ્ય સુધી જાતને પહોંચાડી શકાય છે.

આપણે ત્યાં મળમૂત્રની ગંદકીથી લોકો ખરાબ રીતે ટેવાઈ ગયા છે. જૂની ઢબના સંડાસમાં ફિનાઈલ અને ચૂનો ન નાખવાથી તેમાંથી ભારે દુર્ગન્ધ આવે છે. બાળકોને નાળીમાં, ગલીઓમાં, ગટરમાં સંડાસ કરવા બેસાડી રસ્તાને દુર્ગન્ધપૂર્ણ અને ગભરામણ થાય તેવા બનાવી દેવામાં આવે છે. ઘરની આગળ લોકો કચરાનો ઢગલો કરે છે પેશાબ એવી ગાએ કરે છે, જ્યાં સાર્વજનિક આવાગમન રહેતું હોય. ભંગી... મરોસે બધું જ નિર્ભર રહે છે. લોકો એમ નથી વિચારતા કે મળમૂત્ર પણ આખરે તો આપણા જ શરીરનાં છે. તેની સ્વચ્છતા માટે થોડું પોતે પણ કામ કરે અને ભંગીના કામમાં સહયોગ દઈને સ્વચ્છતા રાખવામાં પોતાનું કર્તવ્ય નિભાવે. ગામડામાં તો વધુ પ્રમાણમાં ગંદકી, દુર્ગન્ધ અને અસ્વાસ્થ્યપ્રદ, ધૂણાસ્પદ દેશ્યોથી વાતાવરણ ભરેલું હોય છે. કચરો અને છાણના ઢગલા જ્યાં-ત્યા પડ્યા હોય. તેના સડવાથી સાર્વજનિક સ્વાસ્થ્ય ઉપર સંકટ ઉત્પન્ન થાય છે. આવી દશામાં વિશેષ રૂપથી ધ્યાન આપવું જોઈએ. શોષખાડાવાળાં પેશાબઘર, શોષખાડાવાળી ગટરો તથા ખાડા ખોદીને બનાવવામાં આવતાં શૌચાલય બહુ જ સસ્તામાં તથા બહુ જ સરળતાથી બનાવી શકાય છે. ગામડામાં પાણીનો લોટો સાથે લઈ જઈએ છીએ તેમ સાથે એક ખુરપી લઈ જાય અને ખાડો ખોદીને તેમાં મળવિસર્જન કરે, ત્યાર બાદ ખાડો ઢાંકી દે તો જમીનને ખાતર પણ મળે અને ગંદકીને ૧૨ણે ઉત્પન્ન થનારી શારીરિક, માનસિક અને સામાજિક અનિચ્છનીયતા પણ ઉત્પન્ન ન થાય.

સ્વચ્છતા માનવજીવનની સુરુચિનો પ્રથમ ગુણ છે. આપણે આપણાં શરીર, વસ્ત્ર, ઉપકરણ અને નિવાસની સ્વચ્છતાનો એવો પ્રબન્ધ કરવો જોઈએ જેનાથી આપણને સંતોષ અને બીજાને આનંદ મળે. નિર્મળતા, નીરોગતા, નિશ્ચિતતા અને નિર્લિપ્તતાના આધારે ઉત્પન્ન કરવામાં આવેલી આત્માની પવિત્રતા આપણા ઈશ્વર સાથેના મિલન માટેનો પંથ પ્રશસ્ત કરે છે. સ્વચ્છતાને આપણે અનિવાર્ય માનીએ અને અસ્વચ્છતા નિરંતર દૂર કરતા રહીએ, તે જ આપણા માટે ઉચિત છે.

## ૩૨. ઢળતી ઉમરનો ઉપયોગ આ રીતે કરીએ

ભારતીય પરંપરાને અનુરૂપ મનુષ્યજીવન ચાર વિભાગોમાં વિભક્ત છે. આ વિભાજનને ચાર આશ્રમ કહે છે. મનુષ્યનું આયુષ્ય જો સો વર્ષ માનવામાં આવે, તો તેમાંથી ૨૫ વર્ષ બ્રહ્મચર્ય, વિદ્યાધ્યન અને શરીરપુષ્ટિ માટે, ૨૫ વર્ષ પારિવારિક ઉત્તરદાયિત્વોને નિભાવવા માટે, ૨૫ વર્ષ પરિવારને સ્વાવલંબી, સુસંસ્કૃત બનાવવાની દેખભાળ રાખતાં, આત્મવિકાસ અને લોકમંગળની સંયુક્ત સાધનાને માટે તથા અંતિમ ૨૫ વર્ષ ઘર-પરિવારની મોહ-મમતાથી છુટ્ટી મેળવી પરિભ્રમણ કરતાં વિશ્વ માનવને માટે, પરમાત્માને માટે પૂર્ણ રીતે પોતાનું સમર્પણ કરવા માટે છે. આ ચાર વિભાજનને ચાર આશ્રમ - બ્રહ્મચર્યાશ્રમ, ગૃહસ્થાશ્રમ, વાનપ્રસ્થાશ્રમ અને સંન્યાસઆશ્રમ કહે છે. આ એક એવું સંતુલિત વિભાજન છે કે જ્યાં સુધી તેનો અમલ કરતા રહ્યા ત્યાં સુધી આ દેશ દુનિયાના રહેવાસીઓની દૃષ્ટિમાં સ્વર્ગ અને આ દેશનો નાગરિક દેવતાની જેમ આદર્શ અને અભિનંદનીય માનવામાં આવતો જીવનનો આ વિભાજનક્રમ પ્રાચીનકાળની જેમ જ આજે પણ આવશ્યક અને ઉપયોગી છે.

બધા જાણે છે કે જીવનનો આરંભિક ભાગ શારીરિક અને માનસિક વિકાસ માટે છે. સંયમ, વ્યાપાર, વિદ્યાધ્યયન, અનુશાસન આદિ સત્પ્રવૃત્તિઓમાં પ્રવૃત્ત રહીને બ્રહ્મચારી વર્ગ ભાવિ જીવનની આધારશીલા સુદૃઢ કરે છે. જેણે આ મૂલ્યવાન સમય, ઉદ્ધતાઈમાં ગુમાવી દીધો, તેનું સમગ્ર જીવન રોતાં-કલ્પાંત કરતાં જ વીતશે. યુવાવસ્થા ઉપાર્જન, ઉત્પાદન, અભિવર્ધન અને સ્થિરતા ઉત્પન્ન કરવા માટે છે. જે વિવાહ કરવાને આવશ્યક સમજતા હોય, તેને માટે પોતાને સુયોગ્ય, સમર્થ માનતા હોય, તેઓ તેમ કરી શકે છે. અન્યથા માતાપિતા, ભાઈબહેન તથા સમાજના અન્ય દુર્બળ પરિસ્થિતિવાળાની સહાયતા કરવામાં આ ઉમરને નિયોજિત કરી શકાય છે. લગ્ન ઉચિત તો છે, પણ અનિવાર્ય નથી. ગૃહસ્થ જીવનનો અર્થ વિવાહ નહીં, પરંતુ પારિવારિક સુવ્યવસ્થા માટે પોતાનું કર્તવ્ય

અને અનુદાન રજૂ કરવું તે છે. બ્રહ્મચર્ય દરમિયાન જે શક્તિઓ પ્રાપ્ત કરી હતી તેનો ઉપયોગ પોતાની તથા બીજાની પરિવાર સંસ્થાના વિકાસમાં કેવી રીતે કરી શકાય એ જ ગૃહસ્થ જીવનની સાધના છે.

વ્યક્તિગત જીવનની દૈષ્ટિએ આ અરધું જીવન પોતાના વ્યક્તિત્વ અને પરિવાર માટે નિયોજિત છે. આમ તો તેમાં પણ જીવનોદેશની પૂર્તિ માટે સમય મળ્યે ઘણું બધું કરી શકાય છે. ત્યાર બાદ વાનપ્રસ્થની સ્થિતિ આવે છે. તેમાં સમર્થ અને ઉંમરલાયક સંતાનોને સ્વાવલંબી બનાવવાં જોઈએ. વૃદ્ધ લોકો પોતાનું જ આધિપત્ય, નિયંત્રણ ઘરપરિવાર ઉપર ચાલુ રાખશે, તો સંતાનો અનુભવહીન અને ફરજહીન બની રહેશે અને વૃદ્ધોની ગેરહાજરીમાં ભારે મુશ્કેલીઓનો અનુભવ થશે. નવયુવકોમાં જોશ તો બહુ જ હોય છે, પણ અનુભવના અભાવે લગભગ ભૂલો કરતા રહે છે. તેથી પરામર્શ, ચર્ચા, માર્ગદર્શન અને દેખરેખની જરૂરિયાત મોટા માણસો પૂર્ણ કરતા રહે. બાકી કામ તેમને કરવા અને સંભાળવા દે. મોટાં સંતાનો પોતાનાં નાનાં ભાઈબહેનોને સંભાળે. આ પ્રમાણે વ્યવસ્થા રાખવાથી જે સમય અને મગજશક્તિ બચે તેને પોતાની આધ્યાત્મિક સમર્થતા વધારવામાં-સાધના, સ્વાધ્યાય, સંયમ અને સેવામાં ખર્ચવાં જોઈએ. આ જ પૂર્ણતાના લક્ષ્યની પ્રાપ્તિની દિશામાં આગળ વધવાની તૈયારી છે. બ્રહ્મચારી અવસ્થામાં લૌકિક જીવનની પ્રગતિ અને સ્થિરતાને માટે તૈયારી કરી હતી. વાનપ્રસ્થમાં આધ્યાત્મિક જીવનની-પરમાત્માની વિશ્વમાનવની સેવાસાધના કરવા માટે અગ્રેસર થાય છે. આ અતિ મહત્વપૂર્ણ સમય છે. તેમાં સંતાનો પણ સુયોગ્ય બને છે. પોતાની આંતરિક પ્રગતિનો અવસર પણ મળે છે અને તે જ અવધિમાં લોકકલ્યાણનાં એ મહત્વપૂર્ણ કાર્યો કરી શકાય છે, જેના ઉપર કોઈ પણ સમાજ કે રાષ્ટ્રની વાસ્તવિક પ્રગતિનો આધાર રહેલો છે.

જીવનનું લક્ષ્ય પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરવાનું છે. અપૂર્ણતાઓ, માનવીય દુર્બળતાઓ, આત્મનિરીક્ષણ, આત્મશોધન, આત્મસુધાર અને આત્મવિકાસના ચાર આધારો પર અવલંબિત છે. ચિંતન અને મનન

દ્વારા આત્મનિરીક્ષણ અને આત્મસમીક્ષા પોતાના બાકીના દુર્ગુણોને પ્રકાશમાં લાવે છે. આત્મસુધારને માટે શરીરગત બૂરી આદતો અને મનોગત દુષ્પ્રવૃત્તિઓ સાથે સંઘર્ષ કરીને જૂની ઘરેડનો ત્યાગ કરી, તેમાં આમૂલ પરિવર્તન કરવું પડે છે. તપશ્ચર્યા તેને જ કહેવાય છે. તપ-સાધનાનો આ જ ઉદ્દેશ્ય છે. આ સાધના વનવાસીની જેમ ઘરમાં રહીને પણ કરી શકાય છે. વાનપ્રસ્થ આ પ્રયોજન માટે જ છે. લોકમંગળના સેવાકાર્યમાં સંલગ્ન રહેવાથી આત્મવિકાસ થાય છે. જે સ્વાર્થ માટે આપણે અંગત જીવનમાં અત્યાર સુધી લાગી રહ્યા, એવી તત્પરતાની સાથે લોકમંગળ અને પરમાર્થ પ્રયોજનોમાં રસ લેવા લાગીએ, તો સમજવું જોઈએ કે આત્મવિકાસની પ્રક્રિયા ચાલુ થઈ ગઈ. સ્વાર્થના પરિઘમાંથી નીકળીને વિશ્વમાનવની સેવામાં પોતાનો સમય, મન તથા ધનને નિયોજિત કરવાનું હોય છે. વાનપ્રસ્થ સાધનાનો આ જ ક્રમ છે અને ભારતીય પરંપરાને અનુરૂપ આપણી પચાસથી પંચોતેર વર્ષની ઉંમર-ઉત્તરાવસ્થા અને જીવનસંઘ્યા-એમાં જ નિયોજિત થવી જોઈએ.

વ્યક્તિ અને સમાજ બન્નેના કલ્યાણની દૃષ્ટિએ વાનપ્રસ્થની ઉપયોગિતા અસાધારણ છે. તે સમયમાં નાનાં સંતાનો મોટાં થઈ જાય છે, સુયોગ્ય બની જાય છે અને પોતાની પારિવારિક જવાબદારીઓ સમજવા તથા નિભાવવા લાગે છે. તેઓમાં જવાબદારીની ભાવના વધે છે અને અનુભવી બને છે. આ વ્યાવહારિક પ્રશિક્ષણ જો યુવાન સંતાનોને ન મળે, તો તેઓ લાંબા સમય સુધી પરાવલંબી બની રહે અને આગળ જતાં તેઓને જવાબદારી સંભાળવી, નિભાવવી ભારે મુશ્કેલ પડે છે. પરિવારને સ્વાવલંબી બનાવી દેવો તે તેની મોટી સેવા જ છે. તેમાં નાના બાળકો પણ પોતાની જવાબદારી અનુભવવા લાગે છે અને તેઓ બમ્મડતાં નથી.

ઉપરોક્ત પ્રકારની વ્યવસ્થા બનાવીને ઢળતી ઉંમરમાં દરેક વ્યક્તિએ સ્વાધ્યાય, ઉપાસના અને આત્મશોધનની તપશ્ચર્યા માટે સમય કાઢવો જોઈએ અને લોકમંગળની સાધનામાં નિયમિત રૂપથી ઓછામાં ઓછા ચાર કલાક સમર્પિત કરવા જોઈએ. પ્રાતઃ અને

સાયંકાળનો સાધનાનો સમય વ્યક્તિગત સાધના માટે અને દિવસનો બચેલો સમય લોકમંગળની સાધનામાં, સેવા પ્રક્રિયામાં લગાવી દેવો જોઈએ. કહેવાની જરૂર નથી કે સમયની જરૂરિયાત જોતાં આજની સૌથી મોટી લોકસેવા, વિચાર પરિવર્તનની દૃષ્ટિએ કરેલા પ્રયત્નો ઉપર નિર્ભર છે. આર્થિક, શારીરિક કે બૌદ્ધિક સુવિધાઓ વધારવી એ પણ સેવાના ક્ષેત્રમાં જ આવે, પણ તેનું મહત્ત્વ ત્યારે છે, જ્યારે લોકોની વિચારપદ્ધતિનો પરિષ્કાર થાય. અન્યથા અગણિત સુખસુવિધા હોવા છતાં માણસ દુઃખી જ રહેશે. સુખોનો મૂળ સ્ત્રોત ઉચ્ચ વિચારણા જ છે. સમાજમાં વિચારશીલતા, વિવેકશીલતા અને સદ્ભાવના વધે એવાં લોકસેવાનાં કાર્યો હાથ ઉપર લેવાં એ વાનપ્રસ્થ સાધનાનું અનિવાર્ય અંગ છે. આ સાધના કરતાં કરતાં, આત્મકલ્યાણ, પૂર્ણતાની પ્રાપ્તિ અને ઈશ્વરીય પ્રકાશની ઉપલબ્ધિનો પૂરો લાભ અને આનંદ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. સત્કર્મોથી જ શુભ સંસ્કાર બને છે અને એ જ આપણી આધ્યાત્મિક પૂંજ છે. સદ્ભાવના અભિવર્ધનની લોકસેવા આ જ પ્રયોજનની પૂર્તિ કરે છે. વાનપ્રસ્થાશ્રમમાં સાધુ-બ્રાહ્મણો જેવી લોકમાનસને પરિષ્કૃત કરવાની સેવાસાધના કરવાની હોય છે.

જ્યાં સુધી વાનપ્રસ્થ પ્રણાલી જીવંત રહેશે ત્યાં સુધી દેશને લાખો લોકસેવી, અનુભવી અને સુયોગ્ય કાર્યકર્તાઓ નિઃશુલ્ક મળતા રહેશે. તેઓ દ્વારા જ્ઞાન તથા કલ્યાણનાં અસંખ્ય પ્રયોજન પૂરાં થતાં રહે અને આપણો દેશ સુસંપન્ન, સમર્થ અને સુસંસ્કૃત બની રહે. લોકો સ્વાર્થી અને સંકીર્ણ બનીને જીવનસંઘ્યા ટાણે ઘર પરિવારને માટે જ વ્યય કરવા લાગ્યા, તો લોકમંગળને માટે ઉચ્ચ ભાવનાસંપન્ન લોકસેવકોની પ્રાપ્તિ બંધ થઈ ગઈ. વ્યવસાયી લોકોના હાથમાં સાર્વજનિક ક્ષેત્ર ચાલ્યું ગયું અને સમાજની ભારે હાનિ થઈ. દેશના ભાવનાત્મક અઘ:પતનનું કારણ વાનપ્રસ્થ પરંપરાનો લોપ થઈ ગયો તે જ માનવું જોઈએ. સમયની માગ છે કે પચાસ વર્ષથી વધુ ઉંમરની દરેક વ્યક્તિ ભલે ઘરમાં રહે, પણ આત્મનિર્માણ અને આત્મવિકાસની આધ્યાત્મિક પ્રક્રિયામાં સંલગ્ન થઈને પોતાનું અને સમાજનું કલ્યાણ કરવાનું મહત્ત્વપૂર્ણ પ્રયોજન પૂર્ણ કરવામાં જોડાઈ જાય.

### ૩૩. અનીતિથી સર્તક રહો, અન્યાયને રોકો

અનીતિ એટલા માટે વધે છે કે તેને રોકવામાં આવતી નથી. અવરોધ કર્યા વિના જેને ગતિ મળશે તે પોતાને રસ્તે આગળ જ વધ્યા કરશે. સત્કર્મ હોય કે દુષ્કર્મ સર્વની એક જ રીતિ છે. અવરોધ તેમને રોકે છે અને બંધનહીન નિષ્કંટક માર્ગ મળે તો તેઓ નિરંતર વધ્યા કરે છે. આપણે પ્રગતિને માટે, ઉપાર્જન અને ઉપલબ્ધિઓ માટે પ્રયત્ન કરવો પડે છે, પણ સાથે જ એ ધ્યાન રાખવું પડે છે કે આક્રમણકારી શક્તિઓ આપણું અનિષ્ટ ન કરે. ઉપાર્જનની જેમ સુરક્ષા ઉપર પણ સમાન રૂપે ધ્યાન ન દેવામાં આવે તો બધું નકામું થઈ જશે.

પૈસા કમાવા માટે કૃષિ, વેપાર, નોકરી આદિ કરીએ છીએ અને તે કમાણીને સુરક્ષિત રાખવા માટે ઘર, કબાટ, તિજોરી તથા તાળાની વ્યવસ્થા કરીએ છીએ કે બેન્કમાં જમા કરીએ છીએ. જો સુરક્ષા માટે ધ્યાન ન રાખવામાં આવે તો તે કમાણીને ચોર સહેલાઈથી ચોરી જશે. ઠંડી, ગરમી, વર્ષા આદિના ઋતુ પ્રભાવોથી પોતાને બચાવવા માટે વસ્ત્રો પહેરીએ છીએ. ગંદકીનાં કૃમિ-કીડા, જંતુથી બચવા માટે સાબુ, ફિનાઈલ આદિનો પ્રબન્ધ કરીએ છીએ. ચારે બાજુ આક્રમણકારી શક્તિઓ ફેલાયેલી પડી છે તે આપણા અસ્તિત્વને પડકાર ફેંકે છે. જેઓ બચાવ કરવાનું નથી જાણતા, પ્રતિકાર કરવા તૈયાર નથી રહેતા, તેઓ કમોતે મરે છે. ઘરમાં ઊંદર એટલા માટે ફરે છે કે તેઓ આપણી ખાદ્યસામગ્રી ખાઈ શકે, માથામાં લીખ-ખોડો, કપડાંમાં જીવાત એટલા માટે ઉત્પન્ન થાય છે કે આપણને કરડીને પોતાનું પેટ ભરે. આપણા ખાટલામાં જન્મતા માંકડનો ઉદ્દેશ એ છે કે આપણને રાત્રે સૂવા ન દે અને લોહી પીએ. માખી, મચ્છર પોતાના ઝેરીલા પ્રભાવથી આપણું જીવન સંકટગ્રસ્ત કરવાની યોજનામાં લાગેલાં રહે છે. આંખોથી ન જોઈ શકાતા કીટાણુ, વિષાણુઓ કેટલાય છે જે હવામાં ઊડતા રહે છે અને જ્યારે પણ અવસર મળે ત્યારે ચુપચાપ આપણા શરીરમાં ઘૂસી જાય



છે અને પ્રાણઘાતક બીમારીઓ ઉત્પન્ન કરે છે. કીડા-મંકોડાની તે વાત દૂર રહી; ચોર, ડાકુ, ખિસ્સાકાતરુ, ઘોખેબાજ, દુષ્ટ, દુર્જન, અન્યાયી કે આતંતાયી ધ્યાનથી બધું જુએ છે અને જ્યારે તેનો દાવ લાગી જાય ત્યારે આપણને બરબાદ કરી નાંખે છે.

ભગવાનની આ દુનિયામાં પુણ્ય અને સહયોગ ઘણાં છે. તેવું ન હોત તો અહીં જીવિત રહેવું અશક્ય થઈ જાત, પણ સાથે જ બીજા અન્યાય પણ ઓછા નથી. તે એટલા માટે છે કે આપણે સતર્ક અને સંઘર્ષશીલ રહીએ. આ બન્ને ગુણ માનવીય પ્રગતિ માટે અતિ આવશ્યક છે. જે સતર્ક નથી, સાવધાન નથી, બેપરવાઈથી વર્તે છે તે જરૂર કોઈ આક્રમણનો શિકાર થઈ જશે અને ખોટ સહન કરશે. જે પોતાના બચાવ અને સુરક્ષાનું ધ્યાન નથી રાખતા તેઓ દુષ્ટતાના આક્રમણનો શિકાર બની જશે. પ્રકૃતિ ઈચ્છે છે કે દરેક વ્યક્તિ સતર્ક અને સજાગ રહે. સાવધાનીથી વર્તે અને ઘાત-પ્રતિઘાતમાંથી કેવી રીતે બચી શકાય તે કલાની જાણકારી પ્રાપ્ત કરે. સજ્જન થવું ઉચિત છે, પણ મૂર્ખ બનવું અક્ષમ્ય છે. આપણે બીજાની સેવા-સહાયતા વિવેકપૂર્વક કરીએ તે ઠીક છે, પણ કોઈ મૂર્ખ અથવા કમજોર સમજીને આપણી ઉપર ઘા કરે અને લૂંટી લે, છેતરી જાય, ઠગી લે તે અનુચિત છે.

આપણે કોઈની સાથે અનીતિ કરવી નથી, પણ અનીતિનો શિકાર પણ બનવું જોઈએ નહીં. છેતરવું એ ખરાબ વાત છે, પણ છેતરાવું તેનાથી ખોટું ખરાબ નથી. છેતરપિંડી ત્યાં જ થશે, જ્યાં બેવકૂફી અને લાલચની માત્રા વધુ પડતી હશે. હુમલો તેના ઉપર જ કરવામાં આવશે, જેણે પોતાનું સ્વરૂપ, બીજાની નજરે દુર્બળ સાબિત કર્યું હશે. અનેક પાપોમાં શારીરિક અને માનસિક દુર્બળતા એ પણ એક ભયંકર પાતક છે. આપણે તેનાથી બચવા માટે આપણો શારીરિક, માનસિક અને સામાજિક વિકાસ એવી રીતે કરવો જોઈએ કે કોઈ આપણી દુર્બળતા ન જોઈ શકે. કોઈ આપણી નબળાઈ જાણીને આક્રમણ માટે ટાપીને ન બેસે.

જગતમાં સજ્જનતા ઘણી છે. આ વિશ્વનું સમસ્ત સૌંદર્ય અને

વિકાસ તેના ઉપર જ નિર્ભર છે, પણ દુર્જનતા કોઈ પ્રકારે ઓછી નથી. દેવત્વ કરતાં અસુરતાનું પલ્લું કંઈક ભારે હોય છે. ખાસ કરીને આ સમયમાં તો એવું જ છે કે જેમાં દુષ્ટતા અને દુર્જનતા પોતાની ઉચ્ચ કક્ષાએ પહોંચી ગઈ છે. આવા સમયમાં પુણ્ય પરમાર્થ અને સેવા-સહાયતા માટે તત્પર રહેવું, સાથે સાથે એ વાત માટે પણ સજાગ રહેવું જોઈએ કે અનીતિની આક્રમકતા આપણી ઉપલબ્ધિઓનું અપહરણ ન કરી જાય. આપણે કોઈ ઘાત-પ્રત્યાઘાત, દ્વેષરૂપિણી કે લૂંટના શિકાર ન બનવું પડે. સતર્કતા આવશ્યક છે. જે રીતે બુદ્ધિમાન હાથી પોતાની ચારે બાજુની પરિસ્થિતિનું નિરીક્ષણ કરતો ચાલે છે તેવી જ રીતે આપણે જોતા રહેવું જોઈએ કે આક્રમણકારી શક્તિઓ ગુપ્ત અને પ્રગટ રૂપથી શિકાર કરવા ટાંપીને બેઠી તો નથી ને ? ડરવું કે શંકાગ્રસ્ત રહેવું એ ખરાબ વાત છે, પણ તેનાથી યે ખરાબ એ છે કે વ્યક્તિ ભુલભુલામણીમાં પડી ઊંઘતી રહે અને જ્યારે સર્વસ્વ ગુમાવી દે ત્યારે જાગે. દુનિયામાં વિશ્વાસ વિના કામ નથી ચાલતું, પણ અવિશ્વાસુ તત્ત્વોથી સતર્ક રહેવું પણ એટલું જ જરૂરી છે. અસાવધાની ચોરી કરવા માટે પ્રોત્સાહન આપે છે. અવસર ન મળે તો દરેક વ્યક્તિ ઈમાનદાર રહી શકે છે, પણ જો ગમે તેમ કરવાની છૂટ હોય તો કોઈનું પણ લલચાઈ જવું સંભવ છે. તે માટે વ્યવસ્થા એવી બનાવવી જોઈએ કે કોઈને એવી છૂટ ન મળે જેમાં તેમને લલચાઈ જવાની કે અનિચ્છનીય આચરણ કરવાની તક મળે.

મિત્રોના રૂપમાં શત્રુતા કરવી એ આ યુગની નવી ફેશન છે. જૂના જમાનાના લોકો આમને-સામને આવી લડાઈ કરવા લલકારતા હતા. જેને લડવું હોય તે ખુલ્લા મેદાનમાં હાથો હાથની લડાઈ લડતા હતા. હવે નવા જમાનામાં બીજી યુક્તિથી કામ લેવામાં આવે છે. હવે જેને પછાડવો હોય તેને પહેલાં મિત્ર બનાવી દેવામાં આવે છે અને ધનિષ્ઠતા વધારવામાં આવે છે. વિશ્વાસપોત્ર બની જાય અને જ્યારે એવી પરિસ્થિતિ આવે કે હવે પૂરો ભરોસો કરવા લાગ્યો છે ત્યારે એવો ઘા કરવામાં આવે કે બિચારો તે ખરાબ રીતે માર્યો જાય. આ ઘાત-પ્રતિઘાતની આક્રમણકારી રીતિનીતિથી

દરેકે જાગૃત રહેવું જોઈએ. ભોળપણ અને ભલમનસાઈ બહુ જ પ્રશંસનીય ગુણ છે, પણ અતિ કોઈ પણ ચીજની બૂરી છે. આપણે એટલી હદ સુધી ભોળા ન રહેવું જોઈએ કે ચારે તરફ જાળ બિછાવીને બેઠેલા શિકારીઓ પોતાનું ધાર્યું કરવા માટે, આપણને બરબાદ કરવામાં સફળ થઈ જાય. શત્રુઓથી આપણે સજાગ રહેવું જોઈએ અને મિત્રોથી સાવધાન. આજે શત્રુતામાં જેટલો ખતરો છે તેનાથી સેંકડોગણો ખતરો મિત્રતામાં હોવાની સંભાવના સમાયેલી છે. બીજાની નિયત ઉપર અવિશ્વાસ કરવો એ બૂરી વાત છે, પણ એનાથી યે બૂરી વાત એ છે કે પાકી તપાસ કર્યા વિના, કોઈની ઉપર એમ જ ભરોસો મૂકી દેવો. કોઈને છેતરવા ન જોઈએ, પણ છેતરાવું એ ક્યાંની બુદ્ધિમાની છે ? આપણે હરકોઈ ઉપર પૂરો વિશ્વાસ કરવો જોઈએ. સાથે જ તીરછી નજરે એ પણ જોવું જોઈએ કે ક્યાંક અસાવધાનીથી એવો અવસર તો ઉત્પન્ન નથી થતો ને જેમાં દુર્બળ મનવાળા મનુષ્યનું અવિશ્વસ્ત બની જવું સંભવ હોય.

આપણી અસવાધાની જ લોકોને અનુચિત લાભ ઉઠાવવા માટે લલચાવે છે. આપણી દુર્બળતા જ અનેક આક્રમણકારોને આમંત્રિત કરે છે. આપણે દુર્બળ ન રહીએ, શરીરથી સ્વસ્થ અને સમર્થ રહીએ. મનને આશંકાગ્રસ્ત નહીં, સજાગતાની સહજ બુદ્ધિથી સાવધાન રાખીએ. વિપત્તિઓથી બચવું ઉચિત છે, પણ તે સામે જ આવી જાય તો એટલી હિમ્મત રાખવી જોઈએ કે બહાદુર યોદ્ધાની જેમ ગભરાયા વિના ધૈર્ય, સાહસ, વિવેક અને પુરુષાર્થની સાથે તેમનો સામનો કરવામાં અને લડવામાં કોઈ મુશ્કેલી પ્રતીત ન થાય. આપણે મિત્રવાન થવું જોઈએ. સાચા અને ખોટા મિત્રોની પરખ હોવી જોઈએ. ચારિત્ર્યવાન અને આદર્શવાદી વ્યક્તિ જ સાચો મિત્ર થઈ શકે છે. ચાપલૂસ, ચાલાક અને ચારિત્ર્યહીન વ્યક્તિ સમય આવ્યે છેતરે છે. તેથી આપણે ધનિષ્ઠતા એવા લોકો સાથે વધારવી જોઈએ, જેમનામાં સજ્જનતા અને સમર્થતાની કમી ન હોય. એવી જાગૃતિ નામની એક શક્તિ છે, જેને સહારે આ

અનીતિભરી દુનિયામાં પોતાની સુરક્ષાની કિલ્લાબંધી કરી શકાય છે.

આપણે કોઈની સાથે અનીતિથી ન વર્તવું જોઈએ, પણ અન્યાયને ય સહન ન કરવો જોઈએ. સંઘર્ષ વિના કોઈ છુટકારો નથી. પ્રતિરોધમાં હાનિ ઉઠાવવી પડે, પણ પ્રતિરોધ કર્યા વિના ચૂપચાપ અનીતિ સહન કરતા રહેવામાં, તેનાથીયે વધુ ખોટ જશે. અનીતિનું વર્તન ત્યારે જ ગતિશીલ બને છે, જ્યારે તેનો અવરોધ ન થાય. અનીતિને આપણે કદાપિ સહન ન કરીએ. ભલે ને તેના પ્રતિરોધમાં કેટલી યે હાનિ કેમ ન ઉઠાવવી પડે ! પાપને રોકવું હોય, અન્યાયને ઘટાડવો હોય તો તેને માટે સમર્થ સંઘર્ષ કરવા માટે તત્પર થવું જ પડશે.

## ૩૪. જે અનુચિત છે, તેની સાથે સહમત ન થાઓ

છોડના મૂળમાં પાણી પહોંચશે તો તે વધ્યા જ કરશે. અનીતિને પોષણ મળે તો તે દિવસે બમણી અને રાત્રે ચારગણી વધતી રહેશે. અન્યાયયુક્ત આચરણ કરનારને પ્રોત્સાહન તે આપે છે, જે તેને સહન કરે છે. કોઈ ચૂપચાપ બધું જ સહન કરી લે ત્યારે અત્યાચારીની હિંમત બમણી-ચારગણી થઈ જાય છે અને તે પોતાનો માર્ગ નિષ્કંટક સમજીને, વિશેષ ઉત્સાહથી અનાચરણ કરવા તત્પર થઈ જાય છે. અન્યાય સહન કરી લેવો, એટલે અન્ય અસંખ્ય લોકોને એવી જ રીતે ઉત્પીડન સહન કરવા માટે પરિસ્થિતિ પેદા કરવી. અનીતિ સહન કરી લેવી, તે પ્રત્યક્ષ રીતે આતતાયીને પ્રોત્સાહન આપવા બરાબર છે.

બીજાને અનીતિથી પીડાતા જોઈને કેટલાક લોકો એમ વિચારે છે કે જેના ઉપર વીતશે તે ભોગવશે. આપણે નકામું ઝંઝટમાં સામે ચાલીને શા માટે પડવું ? એક જણને સતાવાય છે, ત્યારે પડોશી ચૂપચાપ જોતા રહે છે. દુષ્ટ લોકો પોતાને પણ ન સતાવે, એટલે આંખ આડા કાન કરી લે છે અને ઉદંડ લોકોને ઉદંડતાપૂર્વક

વર્તવાનો નિર્બાધ અવસર મળતો રહે છે. ચાર ગુંડાઓ આદમીઓની ભીડમાં ઘૂસીને ઊભી બજારે એક-બેને ચપ્પુ ભોંકી શકે છે. સમગ્ર ટોળું તમાશો જોયા કરશે, આંખ આડા કાન કરશે કે ભાગી જશે. ક્યાંક આપણે પણ તેની લપેટમાં ન આવી જઈએ. આ ભયથી કોઈ આ ગુંડાઓને રોકવાનું કે પકડવાનું સાહસ નહીં કરે. આ દુર્બળતાને સમજીને આ દિવસોમાં, દુસ્સાહસિક અપરાધોની-ચોરી, હત્યા, લૂંટ, કતલ, બળાત્કાર આદિ ઘટનાઓ વધતી ચાલી છે. જાણકાર, સંબંધી અને જેને સર્વ કંઈ માલૂમ છે તેઓ સાક્ષી આપવા પણ જતા નથી અને આતંકવાદી અદાલતોમાંથી પણ છૂટી જાય છે અને બમણા વેગથી ફરી આમ જનતાને આતંકિત કરે છે. એક એક કરીને વિશાળ સમૂહને થોડાક ઉદ્દો દ્વારા સતાવવામાં આવે છે. લોકો ભયભીત, આતંકિત, પીડિત રહે છે, પણ કંઈ કરી શકતા નથી. મનમાં ને મનમાં કોચવાયા કરે છે. વિશાળ જનસમૂહ લાચાર બની રહે અને થોડા જ દુષ્ટ-દુરાચારીઓ નિર્ભય થઈને સત્રસ્ત, આતંકિત કરતા રહે, તે કોઈ પણ દેશની જનતા માટે, સમાજ માટે ભારે કલંક રૂપ ગણાય. તેનાથી એ લોકોની કાયરતા, નપુંસકતા, ભીરુતા, નિર્જીવતા જ સિદ્ધ થાય છે. આવો વર્ગ પુરુષ કહેવડાવવાનો અધિકારી નથી. પુરુષાર્થ કરનાર, સાહસ અને શૌર્ય દાખવનાર પુરુષ કહેવાય છે. જે અનીતિનો સામનો નથી કરી શકતો તે નપુંસક, નિર્જીવ તથા અર્ધમરેલો જ કહેવાય. આ સ્થિતિ આપણા માટે ભારે શરમજનક છે.

આપણને એક એક કરીને સતાવવામાં આવે છે તેનું એ જ કારણ છે કે સામૂહિક પ્રતિરોધની ક્ષમતા ગુમાવી દીધી છે. તેને જાગૃત કરવી જોઈએ. આજે જે એક ઉપર વીતે છે તે કાલે બીજા ઉપર કે આપણી ઉપર વીતી શકે છે. બીજા ઉપર થતા અત્યાચારની આપણે અવગણના કરીશું તો જ્યારે આપણી ઉપર અત્યાચાર થશે, તો કોણ મદદે આવશે ? આમ વિચારીને વ્યકિતગત સુરક્ષાની સંભાવનાને ધ્યાનમાં રાખીને સામના માટે તત્પર થવું જોઈએ. શક્ય છે કે તેની લપેટમાં આવવાથી આપણને

પણ ચોટ લાગે. આર્થિક કે બીજી રીતે ક્ષતિ ભોગવવી પડે, પણ તેને માનવતાનું મૂલ્ય સમજી ફરજ તરીકે ભોગવવી જોઈએ, તેટલું સહન કરી લેવું જ જોઈએ. શૂરવીરોને આઘાત સહન કરવાનો જ પુસ્કાર મળે છે અને તેઓ તેના આધારે જ લોકશ્રદ્ધાના અધિકારી બને છે.

લોકશ્રદ્ધાના અધિકારી ત્રણ જ વ્યક્તિ છે :- (૧) સંત, (૨) સુધારક, (૩) શહીદ. જેણે પોતાના આચરણ, વિચારો અને ભાવનાઓમાં આદર્શવાદિતા તથા શ્રેષ્ઠતાનો સમાવેશ કરી લીધો છે તેઓ સંત છે. ઊલટી પરિસ્થિતિઓને બદલીને જે સુવ્યવસ્થા ઉત્પન્ન કરવામાં સંલગ્ન છે, અનોચિત્યની જગાએ ઔચિત્યની પ્રતિષ્ઠાપના કરી રહ્યા છે તેઓ સુધારક છે. અન્યાય સામે ઝઝૂમવા માટે જેમણે આઘાત સહન કર્યાં અને બરબાદીને હસતે મુખે શિરોધાર્ય કરી તેઓ શહીદ છે. આવા મહામાનવો પ્રત્યે માનવતા હંમેશાં કૃતજ્ઞ રહી છે અને ઈતિહાસ હંમેશાં તેમને અભિનંદન આપે છે. ભલેને આપત્તિ સહન કરવી પડે, પણ આ ગૌરવથી જે ગૌરવાન્વિત થઈ શકે તેને ધન્ય માનવો જોઈએ. અનીતિનો સામૂહિક વિરોધ કરવાની પ્રવૃત્તિ આપણે જનમાનસમાં જાગૃત કરવી જોઈએ અને જેમણે આ સંદર્ભમાં કંઈ કષ્ટ સહન કર્યું હોય, શૌર્ય દેખાડ્યું હોય, ત્યાગ કર્યો હોય, તેનું ભાવભર્યું સાર્વજનિક અભિવાદન કરવું જોઈએ, જેથી તેનું પ્રોત્સાહન બીજાને પણ મળે અને જનજીવનમાં અનીતિ સામે લડવાનો ઉમંગ ઊઠે.

આપણને કેટલીકવાર એવી વાત માનવા અને એવાં કામ કરવા માટે વિવશ કરવામાં આવે છે કે જેનો સ્વીકાર કરવા માટે આપણો આત્મા માનતો નથી. તેમ છતાં આપણે દબાણમાં આવી જઈએ છીએ અને ઈન્કાર કરી શકતા નથી. ઈચ્છા ન હોવા છતાં કોઈના દબાણમાં આવીને તેમ કરવા લાગીએ છીએ, જે ન કરવું જોઈએ. એવાં દબાણોમાં મિત્રો કે પડીલોનો નિર્દેશ એવો આગ્રહપૂર્વક સામે આવે છે કે ગુણદોષ ધ્યાનમાં રાખનારા મૂંઝવણમાં પડી જાય છે. શું કરવું ? શું ન કરવું ? કંઈ સૂઝ

પડતી નથી. નબળી પ્રકૃતિના માણસો ઘણું કરીને એવા અવસરે “ના” નથી કહી શકતા અને ઈચ્છા ન હોવા છતાં, એવાં કામ કરવા માટે છે. આવી ખરાબ સ્થિતિમાં સાહસપૂર્વક ઈન્કાર કરી દેવો જોઈએ. જેને આપણે ખરાબ સમજીએ છીએ તેનો સ્વીકાર ન કરવો તે સત્યાગ્રહ છે અને તે કોઈ પ્રિયજન, સંબંધી કે વડીલ સાથે પણ કરી શકાય છે. તેમાં અનુચિત કે અધર્મ રતીભાર નથી. ઈતિહાસમાં એવાં ઉદાહરણ ડગલે ને પગલે મળી આવે છે. પ્રહ્લાદ, ભરત, વિભીષણ, બલિ આદિની અવજ્ઞા પ્રખ્યાત છે. અર્જુનને ગુરુજનો સાથે લડવું પડ્યું હતું, મીરાંએ પતિનું કહ્યું માન્યું ન હતું. મોહગ્રસ્ત વડીલો, લોભવશ અનેક જાતનાં કુકૃત્ય કરવા વિવશ કરી દે છે. બેઈમાનીનો ધંધો કરનારા વડીલો પોતાનાં સંતાનો પાસે પણ તેમ જ કરાવે છે. પોતાની મૂઢતા અને રૂઢિવાદિતાની રીતિનીતિ અપનાવવા માટે દબાણ કરે છે. ન માનવાથી નારાજ થઈ જાય છે. અવગણનાનો આરોપ લગાવે છે. આવી અવદશામાં કિકર્તવ્યમૂઢ થવાની જરૂર નથી. આદર્શ તો એ જ રહેવો જોઈએ કે કેવળ ઔચિત્યનો જ સ્વીકાર કરવામાં આવે. કોઈએ તેના માટે ગમે તેટલું દબાણ કેમ ન કર્યું હોય ?

આજના સામાજિક કુરિવાજોના આંધળા અનુકરણમાં જૂની પેઢી જ અગ્રણી છે. બાળકોના જલદી વિવાહ કરીને તેમને સ્વાસ્થ્ય તથા શિક્ષણથી વંચિત રાખવાં તે મિથ્યા મોહ જ છે. આવા પ્રસંગે નમ્રતાપૂર્વક પોતાની હઠ, અસંમતિ વ્યક્ત કરી શકાય છે. દેઢતાપૂર્વક સ્પષ્ટ શબ્દોમાં એમ કહી દેવું જોઈએ કે, અમને કોઈ પણ શરતે ખર્ચાળ લગ્ન સ્વીકાર્ય નથી. જ્યારે કરવાં હોય ત્યારે ખર્ચ વિના, દહેજ-ધરેણા વિના, તથા ધામધૂમ વિના લગ્ન કરીશું. દેખીતી રીતે એ અવજ્ઞા છે, પણ ખરેખર તો તેમાં પ્રત્યેકનું હિત સમાયેલું છે. તેથી ખોટું લાગે તો પણ, કડવી દવાની જેમ આ અવગણના સર્વ માટે શ્રેયસ્કર છે. તેથી તેને કોઈ પણ રીતે અનુચિત કે અધર્મ નહીં કહેવાય.

દોસ્તીના નામે લોકો સિગારેટ, દારૂ, જુગાર, સિનેમા આદિ

કુમાર્ગે ઘસડી જવા માગે છે. એવા પ્રસંગે પણ આપણી અસંમતિ કડક શબ્દોમાં વ્યક્ત કરી શકીએ છીએ. દોસ્તીનો અર્થ મિત્રને કુમાર્ગેથી પાછો વાળવો તે છે, પથભ્રષ્ટ કરી ઘસડી જવો નહીં. એ જ રીતે કરજ માગનાર, ભીખ માટે અડો જમાવનાર, સ્વાર્થ માટે અનુચિત કર્મ કરાવનાર, દબાણ કરનાર, અનીતિનો વિરોધ કરવા ન દે અને ચૂપ કરી દેનાર, તથા આગ્રહ કરનાર લોકો સામે આવ્યા જ કરે છે અને ચતુરતાપૂર્વક પોતાના તર્ક અને પ્રતિભાનો એવો પ્રયોગ કરે છે, જેથી અનિચ્છા હોવા છતાં તેના પ્રભાવમાં આવીને એવું જ કરવા વિવશ કરે છે. એવા અવસરો ઉપર આપણું સાહસ એટલું પ્રખર હોવું જોઈએ કે નમ્ર, પરંતુ સ્પષ્ટ શબ્દોમાં ઈન્કાર કરી શકીએ. ઈન્કાર, અસહયોગ, વિરોધ અને સંઘર્ષ આ ચાર શસ્ત્રોથી આપણે અનીતિ, અવિવેકનો સામનો કરી શકીએ છીએ. સત્ય અને ન્યાયને માટે આ શસ્ત્રોનો પ્રયોગ આપણે સાહસિક યોદ્ધાની જેમ કરતા રહેવું જોઈએ.

## ૩૫. ઔચિત્યની પ્રશંસા અને અનોચિત્યની નિંદા કરવામાં આવે

મનુષ્યમાં એક સ્વાભાવિક ભૂખ પ્રશંસા પ્રાપ્ત કરવાની છે. પેટ ભરવા અને મનોરંજનનાં સાધનો એકત્ર કરવા ઉપરાંત તેને એક એવી પણ અભિલાષા રહે છે કે બીજા લોકો તેને મોટો માને. આ મોટાઈ મેળવવા માટે ઘણાખરા માણસો એવાં કામ કરે છે જેનાથી પ્રશંસા અને ઈજ્જત પણ મળી શકે. આજે સાધારણ માણસનું માનસિક સ્તર બહુ નીચું ઊતરી ગયું છે. તેથી પેસાદાર, અમીર અને આતંકવાદી લોકોને ઈજ્જત આપે છે. ધનિકોને આદર મળે છે, માટે જ લોકો ધનિક બનવા ઈચ્છે છે. દુષ્ટ અને અત્યાચારીથી લોકો ડરે છે, તેથી તેનો રોક જામે છે અને ખુશામદ કરે છે તેથી તેવા બનવાની ઈચ્છા થયા કરે છે. લોકોને ભડકાવનારું મનોરંજન પસંદ છે, તેથી કલાનુ કુરુચિપૂર્ણ સ્વરૂપ પણ



વખાણે છે. તેથી નિર્લજ્જ, કામુકતા ભડકાવનારાં નૃત્ય, ગીત, વાદ્ય અને અભિનયને જ કલાકારો અપનાવે છે. પ્રશંસાનો ભૂખ્યો મનુષ્ય જો વખાણ સાંભળવા મળે તો નિર્દોષ પશુઓની નૃશંસ હત્યાથી ગર્વ કરે અને શિકારી, ડાકુ, જલ્લાદ, અત્યાચારી વગેરે કંઈ પણ બની શકે છે.

આજની પતનોન્મુખ લોકરુચિની જ બલિહારી છે કે નીચ કામોની પ્રશંસા થાય છે અને અજ્ઞાની-તામસી વ્યક્તિઓ એવી જ નીચ કાર્યપદ્ધતિ અપનાવવામાં પ્રસન્નતા અનુભવે છે, કેમકે દાનને મૂર્ખતા અને સંગ્રહને બુદ્ધિમત્તા કહેવામાં આવે છે. તેથી હવે પરમાર્થની માત્રા ખૂબ ઘટતી જાય છે અને અમીરીની હવસ-વાસના પૂરી કરવા માટે, તેની સંલગ્ન સંગ્રહશીલતા, આકાશ પાતાળને સ્પર્શે તેવી તૃષ્ણાની જેમ વધી રહી છે. ઠાઠમાઠ, શાન-શોખ માટે ખોટો ખર્ચ કરનારને મોટા માણસ માનવામાં આવે છે. તેથી મોટાઈના ભૂખ્યા લોકો કોઈ પણ ઉચિત-અનુચિત રીતિથી વૈભવ વધારવા કટિબદ્ધ બને છે. અમીરીનું પ્રદર્શન કરવા માટે વિવાહ-લગ્નોમાં તથા બીજા આડમ્બરોમાં ઢગલાબંધ પૈસા એટલા માટે ફૂંકી મારે છે, કે લોકો તેને ધનિક માને અને ઈજ્જત-આબરૂની દૈષ્ટિએ જુએ. આજે ચાલાકી, ધૂર્તતા, બેઈમાની, બદમાશી તથા દુષ્ટતાપૂર્વક જો કંઈ મતલબ સાધી લેવામાં આવે, તો હળવા-મળવા આવનાર પ્રશંસા કરવા અને વધાઈ દેવા આવશે જ. આવા વાતાવરણમાં અર્નેતિકતાનો આર્થિક અને પ્રશંસાત્મક બેવડો લાભ મળે, તેથી હરકોઈનું મન લલચાય તે સ્વાભાવિક છે.

પતનોન્મુખ સમાજ અને વધતી જતી દુષ્પ્રવૃત્તિઓને રોકવા માટે એ તદ્દન જરૂરી છે કે સ્વાર્થી, સંકીર્ણ અને અનિચ્છનીય વ્યક્તિઓ અને કાર્યોની પ્રશંસા જ બંધ કરવામાં આવે. એટલું જ નહીં, તેમની નિંદા કરવા જેટલું સાહસ ભેગું કરવું. તે જ રીતે સત્પ્રવૃત્તિઓના અભિવર્ધન તથા સજ્જનતાના પરિપોષણ માટે એ જરૂરી છે કે જેમણે પોતાના આચરણમાં અનુકરણીય આદર્શવાદિતાનો સમાવેશ કર્યો હોય, તેમની મુક્ત કંઠે વ્યાપક

રૂપથી પ્રશંસા કરવામાં આવે. પ્રશંસા સફળતાની નહીં, પરંતુ સજ્જનતાની જ કરવી જોઈએ. કુમાર્ગ ચાલીને મેળવેલી સફળતાના બદલે સન્માર્ગ પર ચાલતાં મળેલી નિષ્ફળતાને પ્રશંસનીય સમજવી જોઈએ. ફાંસી ઉપર ચડનાર ઈસુ ખ્રિસ્ત, જેર પીનારા સોક્રેટિસ, ગોળીથી વીંધાયેલ ગાંધી એક પ્રકારે અસફળ જ કહેવાશે, પણ તેમણે જે માર્ગ અપનાવ્યો તે વંદનીય ગણાશે. આવી જ નીતિરીતિ દરેક કાર્ય માટે, દરેક વ્યક્તિ માટે અપનાવી લેવી જોઈએ. જેણે પોતાનો સ્વાર્થ સાધવા અને એશઆરામ માટે સંપત્તિ કમાઈ લીધી તેની પ્રશંસા શા માટે કરવી ? જેણે અનીતિના માર્ગે સફળતા મેળવી અને બીજાને તે માટે પ્રેરણા આપી, લોકમાનસને પ્રેરણા આપી, એવા પદવીધારી, વિદ્વાન, કલાકાર, નેતા, અભિનેતાની પ્રશંસાનો એક શબ્દ પણ નહીં ઉચ્ચારવો જોઈએ કે એક પંક્તિ પણ લખવી ન જોઈએ. અન્યથા અનીતિનું આચરણ રોકી નહીં શકાય, ઊલટું દિવસે દિવસે વધતું જશે. સિનેમામાં નાયનારી નારીઓના રંગબેરંગી ફોટા અખબારોમાં છપાતા જોઈને હવે છોકરા-છોકરીના મનમાં એવા જ ઉમંગો ઊઠે છે. ત્યાગ અને બલિદાનને જ્યારે અખબારો વખાણતાં હતાં તે દિવસોમાં સ્વાતંત્ર્ય સંગ્રામને માટે ત્યાગ, બલિદાનની લહેર પણ આપણા દેશમાં હિલોળા લેતી જોવામાં આવતી હતી. આજે પ્રધાનોના ગુણગાન છપાય છે. તો કોઈ પણ યુક્તિથી તે પદ સુધી પહોંચવા માટે દરેક પ્રભાવશાળી વ્યક્તિ લલચાય છે. જો ડાકુઓની પ્રશંસા કરતાં લેખ, ફોટા, કવિતા, ફિલ્મ, નાટક રજૂ કરવામાં આવે તો નિશ્ચિત રૂપથી થોડા જ સમયમાં સમગ્ર જોશીલો વર્ગ ડાકુ બનવાની સાધના-કામના કરવા માંડશે.

સજ્જનતા અને સત્પ્રવૃત્તિઓનું અભિવર્ધન અને યોગ્ય હોય તો તેને માટે પ્રશંસા અને પ્રોત્સાહનની તૈયારી કરવી પડશે. દુષ્ટતા અને સંપદાની સરાહના કરનારા લોકોની એક મોટી સંખ્યા હાજર છે. ફળસ્વરૂપે તે અનિચ્છનીય તત્ત્વો તીવ્રગતિથી વધી રહ્યાં છે. આપણે એક એવો વર્ગ ઊભો કરવો છે જે સજ્જનતા અને

સતપ્રવૃત્તિઓ વખાણે અને તેની પ્રશંસા વ્યાપક બનાવવા જરૂરી સાધનો ભેગાં કરે, પત્રિકા, પોસ્ટર, વિજ્ઞાપન, કે નાનાં-મોટાં અખબાર કાઢીને આપણને સજ્જનતાના સમાચાર આપે. જેમણે કોઈ અનુકરણીય ઉદારતા માટે કોઈ આદર્શ પ્રસ્તુત કર્યો હોય તેની સરાહનીય જાણકારીને વ્યાપક ક્ષેત્રમાં ફેલાવવી જોઈએ. આજે અમીરોના ભાગમાં જ પ્રશંસા પક્ષ ચાલ્યો ગયો છે. આપણે એવા ગરીબ અને નાના માણસોના ગુણાનુવાદ પ્રગટ કરવા જોઈએ, જેમણે લોકમંગળને માટે પોતાની ઓછી શક્તિ, ઓછાં સાધનો હોવા છતાં મહાનતા અને ઉદારતાનો સાહસિક પરિચય આપ્યો હોય. આ પ્રયોજનને માટે પ્રકાશન, લેખન અને ગાયનની પૂરેપૂરી સાધન સામગ્રીનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. લોકમંગળની દૃષ્ટિથી કરેલા ત્યાગ અને બલિદાનોને જન સાધારણની જાણકારી માટે, પ્રશંસાત્મક ઘટનાઓ, જીવનચરિત્ર શોધવા અને ગદ્ય કે પદ્ય સ્વરૂપે છાપવા માટે આપણે દરેક ભાષામાં સમર્થ તંત્ર ઊભું કરવું જોઈએ. આ ઘટનાઓ ચાહે ગરીબ અને પછાત લોકો દ્વારા ભલે બની હોય, છતાં પ્રગટ કરવી જોઈએ.

અભિનંદન આયોજનો, જયંતીઓ, શતાબ્દીઓની એક એવી સંગઠિત શૃંખલા ચાલવી જોઈએ, જેમાં શાનદાર ઉત્સવો મનાવવામાં આવે. જેણે માનવતાને જીવંત રાખવા માટે પોતાનો અનુકરણીય આદર્શ પૂરો પાડ્યો હોય, તેવા જીવિત કે સ્વર્ગસ્થ સજ્જનોને અભિનંદન આપવાં જોઈએ. એવા લોકોનાં સ્મારક બનાવી શકાય. ઈમારતો ન બનાવી શકાય તો સ્મૃતિ-ચબૂતરા ઉપર શિલાલેખ જડી દેવામાં આવે કે વૃક્ષો વાવવાં જોઈએ, જ્યાં જઈને સામાન્ય જનોને યોગ્ય અવસરે શ્રદ્ધાંજલિ અર્પિત કરવાનો અવસર મળતો રહે. સ્વર્ગીય ઉદારમનવાળા લોકોનું શિલાચિત્ર કે પ્રતિમા સાર્વજનિક સ્થાન ઉપર સ્થાપિત કરવાની રીત સારી છે. જીવિત લોકોને માનપત્ર કે ઉપહાર, અભિનંદન કે પદવી પ્રદાન કરવાની કોઈ વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ, પણ એ ધ્યાન રાખવું જોઈએ કે આ પ્રકારનો લાભ માત્ર તેઓને જ મળે જે ખરેખર તેના અધિકારી

હોય. જો અનધિકારી લોકો ખોટો લાભ ઉઠાવવા, આવી પ્રશંસા-પ્રતિષ્ઠા પ્રાપ્ત કરવામાં સફળ થઈ જશે, તો પછી આ મહાન પ્રક્રિયા પણ પોતાનું મહત્વ ખોઈ બેસશે. પછી એવા સ્તરની પ્રશંસા મેળવવામાં, સાચા મનુષ્યો પોતાની બેઈજજતી અનુભવવા લાગશે. તેથી આ પ્રકારના અભિનંદન તથા પ્રશંસા માટે લાલચુ લોકોનો પૂરી સતર્કતાથી વિરોધ કરવો જોઈએ, જેથી અનિચ્છનીય અને અનધિકારી લોકો દંભ, પક્ષપાત કે પાર્ટીના આધારે આ પુણ્ય પ્રક્રિયાનો પોતાના સ્વાર્થ માટે, અનુચિત લાભ ન ઉઠાવે.

સંપત્તિને પ્રતિષ્ઠા મળવાથી લાલચ વધે છે. અનૈતિકતાની કિંમતે અમીરી વધારવાની પ્રવૃત્તિ વધે છે. અનિચ્છનીયતાના આતંક સામે લોકોએ માથું નમાવ્યું છે અને વિરોધથી બચવા, દુષ્ટતાને સમર્થન આપ્યું છે. દુષ્ટપ્રવૃત્તિઓ આ રીતે જ ફેલાઈ છે. તેનાં ખરાબ પરિણામો આપણી સામે જ છે. નવનિર્માણને માટે આ વિગ્રહને ઉલટાવવો પડશે. પ્રથમ સોપાન સ્વરૂપે દુષ્ટતા અને અનિચ્છનીયતાની નિંદા-ટીકા માટે વ્યાપક મોરચો ઊભો કરવો પડશે. બીજા સોપાનમાં સજ્જનતાને અભિનંદન આપી પ્રોત્સાહિત કરવી જોઈએ, ત્રીજા સોપાનમાં દુષ્ટતાના પ્રતિરોધ માટે સંઘર્ષની એવી યોજના બનાવવી પડશે, જેના ભયથી અનાચાર કરવાનો ઉત્સાહ જ ઠંડો પડી જાય અને અનિચ્છનીય-અસામાજિક કાર્ય કરનારાને તેના વિષે મુશ્કેલીઓ માટેનો હજાર વાર વિચાર કરવો પડે, જે પોતાના કુકૃત્યના ફળસ્વરૂપે અનિવાર્ય રૂપથી ભોગવવી પડે તેમ હોય.

## ૩૬. સુવ્યવસ્થા જ પરિવારોને સુવિકસિત

### રાખી શકશે.

પરિવાર જો અસંગઠિત, અનિયંત્રિત હશે, તો તેનાથી નિરંતર કલેશ-કંકાસ જ ચાલુ રહેશે અને જીવને એમ થશે કે હવે અલગ રહેવું જોઈએ, પણ જો તેમાં સદ્ભાવના અને આત્મીયતાનો અંશ

યોગ્ય માત્રામાં હાજર હશે, વ્યવસ્થાપૂર્વક સમગ્ર ક્રમ ચાલતો હશે, તો તે કુટુંબમાં સ્વર્ગ જેવો અનુભવ થશે. ભારત જેવા દેશમાં, જ્યાં બાળકો અને વૃદ્ધોને, ઘરના કમાઉ લોકો ઉપર આધાર રાખવો પડે છે અને અધિકાંશ લોકોને ખેતી, ગૃહઉદ્યોગના માધ્યમથી હળીમળીને સંચાલન કરવું પડે છે તથા પારસ્પરિક એવા સહાયતાનાં સારાં સાધન મેળવવાં સંભવ નથી, ત્યાં સંયુક્ત કુટુંબની આવશ્યકતા જ રહેશે. ઈંગ્લેન્ડ, અમેરિકાની વાત જવા દો, જ્યાં સરકાર વૃદ્ધોને બેકારીનું પેન્શન આપે છે. શિક્ષણ, ચિકિત્સા, પ્રસૂતિ વગેરેની સગવડ દરેક નાગરિક માટે પ્રાપ્ય છે. ત્યાં પારસ્પરિક અવલંબન એટલું ન રહે તો પણ ચાલે છે, કારણકે આજીવિકાનાં સાધન સર્વત્ર ઉપલબ્ધ હોવાથી સંયુક્ત પરિવારની આવશ્યકતા ત્યાં રહેતી નથી અને પુખ્ત વ્યક્તિ લગ્ન થતાં જ પોતાનો અલગ પરિવાર બનાવી લે છે, પણ અહીં તો આર્થિક દુર્બળતા અને ભાવનાત્મક સ્થિતિવશ મોહ-મમતા વધુ પડતી હોવાથી સંયુક્ત પરિવાર જ ઉત્તમ ગણાશે.

જો આપણે મોટો પરિવાર રાખવો જ હોય, તો તેનું માળખું એવું કેમ ન બનાવીએ, જેનાથી સર્વને યોગ્ય સન્માન, યોગ્ય અધિકાર પ્રાપ્ત થાય અને યોગ્ય કર્તવ્યપાલનની આવશ્યકતા દરેક સભ્ય અનુભવે. આ દિશામાં ઉપેક્ષા સેવી છે અને સમયને અનુકૂળ આચારસંહિતા બનાવવા ઉપર ધ્યાન આપવામાં આવ્યું નથી. એ જ કારણે એક ઘરમાં એક સાથે રહેનાર પરિવારની વચ્ચે રનેહ, સૌજન્ય, સદ્ભાવ, સહયોગ અને સંગઠન દેખાતું નથી. એક વર્ષથી વધુ તો કૌટુંબિકતાનો આનંદ લઈ શકાતો નથી.

ઘરની એક ચોક્કસ વ્યવસ્થાપદ્ધતિ હોવી જોઈએ, જેમાં વડીલોને યોગ્ય સન્માન, શ્રદ્ધા, સુવિધા આપવાનું પરિવારના નાના લોકો સમુચિત ધ્યાન રાખે, તેમના અનુભવોનો લાભ ઉઠાવવાની અને ભૂતકાલીન સેવાઓ માટે કૃતજ્ઞ રહેવાની ભાવના ટકી રહે. સમય સમય ઉપર તેમની પાસે સલાહસૂચન માટે જતા રહેવું અને તેમાંથી જે યોગ્ય અને આવશ્યક હોય તેનું પાલન પણ કરતા રહેવામાં આવે તો વૃદ્ધોને પણ સંતોષ થાય જેની શારીરિક સ્થિતિ

વધુ અશક્ત થઈ ગઈ હોય, તેમને ભોજન, સ્નાન, સ્વચ્છતા, ચિકિત્સા વગેરેની સુવિધા આપવાની તથા શરીરયાત્રામાં આવશ્યક સહાયતા કરવાની વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ. આટલી સહાય પ્રત્યેક વડીલ-વૃદ્ધ કુટુંબીજનને મળવી જ જોઈએ. વૃદ્ધોએ પણ ઘરના સમજદાર લોકોની વિવેકબુદ્ધિને વિકસિત કરવામાં સહાયતા કરવી જોઈએ, પરંતુ તેમના પર વધુ પડતુ નિયંત્રણ ન રાખવું જોઈએ. જમાનો ઝડપથી બદલાઈ ગયો છે અને જોતજોતામાં જૂની ઘરેડ અને નવી વ્યવસ્થામાં ભારે અંતર આવી ગયું છે. નવા જમાનામાં લોકો નવી રીતે વિચારે છે અને આધુનિક રીતિનીતિથી જીવનપદ્ધતિ અપનાવવા માગે છે. જો કે તે વાતો જૂના જમાનામાં ન હતી. તેથી વૃદ્ધોને તે બિનજરૂરી અને અયોગ્ય લાગે છે. તેથી તો તેઓ જરૂર કરતાં વધુ પ્રમાણમાં વિરોધ કરતા જોવા મળે છે. તેની પ્રતિક્રિયા અવગણના રૂપે સામે આવે છે, કેમ કે વૃદ્ધોની બુદ્ધિમત્તા એ વાતમાં છે કે, તેઓ પોતાના અનુભવ તથા પરામર્શનો લાભ પણ નવી પેઢીને આપતા રહે અને એટલી છૂટછાટ પણ આપવી જોઈએ, કે નવી પેઢીને પોતાની રુચિ મુજબ રહેણીકરણી અપનાવવાની છૂટ મળે. હા, સ્વતંત્રતાને સ્વચ્છંદતા અને અનૈતિકતાની સીમા સુધી પહોંચવા દેવી જોઈએ નહીં.

કમાણી કરતા લોકોની એ વાતની પૂરી જવાબદારી છે કે તેઓ પોતાની કમાણીને સમગ્ર પરિવારની મિલકત સમજે અને પોતાને માટે બિનજરૂરી ચીજોમાં ખોટો ખર્ચ ન કરે, તો તે પૈસાથી ઘરની નવી પેઢીને શિક્ષણ, સ્વાસ્થ્ય, વિનોદ, અનુભવ અને સંસ્કાર મેળવવા સમુચિત અવસર મળે, કારણકે તેમના માટે ખર્ચની અપેક્ષા રહેશે જ. જો કમાઉ વ્યક્તિ અધિક ઉડાડે, ખાવા માંડે, તો નાના સભ્યોના વિકાસમાં કાપ મૂકવો પડશે. બાળકોને જન્મ દેનારાં માતાપિતાથી લઈને, ઘરના કમાઉ લોકો સુધી દરેક સભ્યનું કર્તવ્ય છે કે અવિકસિત નાના રોપાને સમુન્નત બનાવવામાં કંઈ કસર ન રાખે. આ ત્યારે જ સંભવ છે, જ્યારે તે પોતાની જરૂરિયાતો ઘટાડે અને જેટલો અનિવાર્ય હોય તેટલો જ ખર્ચ કરે. આમ કરવાથી

કંઈક બચત થશે અને તેનો લાભ મધ્યમ શ્રેણીના લોકોને મળવો સંભવ બનશે.

મોટા ભાઈઓને નાનાં ભાઈબહેનોના એક પ્રકારે વાલી, વડીલ, પિતા સમાન માનવા જોઈએ. તેઓનું કર્તવ્ય છે કે અલગ અલગ રહીને પણ પોતાની કમાણી, પોતે અને પત્નીને ખવડાવવાની વાત ન વિચારે. નહીંતર પિતાએ જે આત્મીયતા અને ખર્ચ ઉઠાવીને તેમને પાળ્યાપોષ્યા, સમર્થ બનાવ્યા હશે, તેને પિતૃશ્રદ્ધા સમજી પોતાનાં નાનાં ભાઈબહેનોની સહાયતા કરીને ચૂકવી દે. ઘરમાં સારી પરંપરાઓ કાયમી બનાવવી, માત્ર વર્તમાન લોકોની સુવિધાને માટે જ નહીં, પરંતુ આગલી પેઢીને સંસ્કારવાન બનાવવા માટે પણ પારિવારિક વાતાવરણમાં શાલીનતા, સજ્જનતા અને વ્યવસ્થાનો સમુચિત અંશ રહેવો જોઈએ. શિષ્ટચાર, મધુર વાણી, સમય સમય પર વિચારવિનિમય, મનોવિનોદ, એક બીજાની સુવિધા-અસુવિધા પૂછતા રહેવી, બીમારી કે અન્ય મુશ્કેલીઓમાં સહાનુભૂતિ, સહાયતા વ્યક્ત કરવી, સૌની સલાહ લઈને ઘરખર્ચનું બજેટ બનાવવું અને વર્તમાન તથા ભાવિ વ્યવસ્થાનું માળખું સૌની સલાહથી ઊભું કરવું, વગેરે ઉચિત પરંપરાઓ બની રહે. તો પરસ્પર સ્નેહ, સદ્ભાવ તથા સંગઠન ટકી રહે છે અને આજના ગૃહસંચાલક જ્યારે વૃદ્ધ થશે ત્યારે તેમને માટે ઉપયોગી સિદ્ધ થઈ શકશે. વડીલપણના નામે કોઈ નકામા બેસી ન રહે કે ન મનમાની વાત ચલાવ્યા કરે એ જ રીતે નાના હોવાને કારણે કોઈને સામર્થ્યથી અધિક ધાણીના બળદની જેમ શ્રમ અને તિરસ્કારના કોલુમાં પીલવામાં ન આવે તો અસંતોષ ભડકશે નહીં.

ઘરને સુંદર, સ્વચ્છ, સુવ્યવસ્થિત બનાવવામાં બાળકો પણ યોગદાન આપે અને શિસ્ત તેમજ નિયમિતતાનું હર કોઈને ધ્યાન રહે તેવી પ્રણાલી પાડવી જોઈએ. સ્થિતિને અનુરૂપ પોકેટ ખર્ચ કરવાની છૂટ રહે. પૈસા માટે ઘરનો કોઈ સભ્ય તડપતો રહવો ન જોઈએ. ક્રોધ, આવેશ, ઉત્તેજના, અવજા કે ઉચ્છૃંબલતાનાં બીજ જે કોઈપણ વ્યક્તિમાં જ્યારે વિકસે ત્યારે આરંભથી જ તેને રોકી

દેવામાં આવે. સુધારણા અને સંભાળ રાખવાનું ધ્યાન પૂરા પરિવારે રાખવું, અયોગ્ય ગતિવિધિ ગમે તેની હોય, તેનું પરોક્ષ સમર્થન ન કરવું, તેમજ ઉપેક્ષા ન કરવી. બધાએ સાથે મળીને આવાં ઝેરી બીજને આરંભથી જ ઊખેડીને ફેંકી દેવા માટે સતર્ક રહેવું અને ન્યાય, તર્ક અને નૈતિક દબાણપૂર્વક એવી વિકૃતિઓનું સમાધાન કરતા રહેવું, આમ કરવાથી કુસંસ્કારિતા ડોકાશે નહીં અને સુસંસ્કૃત પરિવારની રચના અને સંગઠન શક્ય બનશે.

વસતીની સંખ્યા વધી ન જાય તેનું ધ્યાન પ્રારંભથી રાખવામાં આવે. સમય બહુ નાજુક અને મોંઘવારીનો આવી ગયો છે. વધુ બાળકોની જવાબદારી ઉઠાવવા જેવી મહિલાઓની શારીરિક સ્થિતિ રહી નથી અને પુરુષોની ઉપાર્જન શક્તિ એટલી નથી કે બાળકોનો પ્રમાણસર વિકાસ કરવા સાધન પૂરાં પાડી શકે. તેથી દરેક વિવાહિત વ્યક્તિ મનમાં આ તથ્ય ઠાંસીઠાંસીને ભરી રાખે, કે કુટુંબ નિયોજન કરે અને જેટલાં બાળકો જરૂરી હોય, તેમની વચ્ચે ઓછામાં ઓછું પાંચ પાંચ વર્ષનું અંતર રાખે. આડેધડ બાળકો પેદા કરતા રહેવું એ સુખી ગૃહસ્થ જીવનમાં ચિનગારી ચાંપી, આધારશીલા નષ્ટ કરવા જેવું મૂર્ખાઈભર્યું વર્તન ગણાય.

કુરિવાજો અને અંધશ્રદ્ધાઓમાં ઘણા પૈસા બરબાદ થઈ જાય છે. વૃદ્ધો-મોટેરાં એવી વાતો ઉપર ભાર મૂકે છે. આ સંબંધમાં આપણે વિવેકવાન થવું જોઈએ અને નિરર્થક રિવાજોને હટાવવા-ઘટાડવામાં થોડો વિરોધ સહન કરવો પડે, તો પણ સહન કરવો જોઈએ, કેમ કે તે બૂરાઈઓ પરિવારમાં અવિવેક અને દારિદ્ર્ય જ વધારશે. એક પાસેથી બીજા અનુકરણ કરે છે તો તે પ્રણાલી બીજા પરિવારમાં પણ ચાલવા માંડે છે, જેનાથી છેવટે સમગ્ર સમાજ અને દેશને નુકસાન પહોંચે છે.

નિત્ય પરિવારગોષ્ઠિના સ્વરૂપમાં વિચારોત્તેજક લેખ કે સંસ્મરણ, કથાપ્રસંગ કે સમાચાર સંભળાવવા અને તેની સમીક્ષા કરવાની પ્રણાલિકા જરૂરિયાત પ્રમાણે ચાલતી રહેવી જોઈએ. શિક્ષિત લોકો સત્સાહિત્યના ચૂંટેલા પ્રસંગો રાત્રિના સમયે થોડો સમય



નક્કી કરીને નિયમિતરૂપથી સંભળાવ્યા કરે, તો આ પ્રશિક્ષણથી પરિવારના ભાવનાત્મક વિકાસ અને અનુભવમાં ભારે વૃદ્ધિ થઈ શકે છે અને તેનો આશાસ્પદ લાભ મળી શકે છે.

## ૩૭. દાંપત્યજીવન : એક આધ્યાત્મિક યોગસાધના

બે વિભિન્ન સ્થાનો, વિભિન્ન પરિવારો, ભિન્ન વાતાવરણમાં પેદા થયેલાં, ઊછરેલાં નરનારી ભિન્ન પ્રકૃતિ અને ભિન્ન આકૃતિનાં હોવા છતાં પણ, સમગ્ર એકતાના સૂત્રમાં બંધાઈને વિવાહનું પ્રયોજન પૂર્ણ કરે છે. લગ્નનો વાસ્તવિક ઉદ્દેશ્ય છે બે આત્માઓનું અલગપણું દૂર કરીને એકબીજા માટે સમર્પિત થવું, આ સમન્વય અને સમર્પણથી એક એવી સંમિલિત સત્તાનો વિકાસ થાય છે, જે અલગતાનું બાહ્ય લક્ષણ યથાવત્ રાખીને પણ આંતરિક એકતાના રૂપમાં પરિણત થઈ શકે.

આધ્યાત્મિક પ્રગતિનો આધાર છે પ્રેમ. જેના અંતઃકરણમાં જેટલો અધિક, જેટલો નિર્મળ પ્રેમ ઊભરાય છે, તે એટલો જ મોટો સંત છે. ભક્તિનો અર્થ છે પ્રેમ ભાવના. ભક્તનો અર્થ છે પ્રેમી. ભગવાન સાથે પ્રેમ કરવાની સાધના આપણા જીવનમાં પ્રેમ ભાવનાથી ઓતપ્રોત કરવા માટે છે. પ્રેમને પરમેશ્વર કહેવામાં આવે છે. મનુષ્યના અંતઃકરણમાં ભગવાનની અનુભૂતિ ઊભરાતી ઊભરાતી પ્રેમ ભાવનાઓમાં જ વ્યક્ત થાય છે. આ આધ્યાત્મિક મહત્વનો અભ્યાસ દાંપત્યજીવનની પ્રયોગશાળામાં કરવામાં આવે છે. એકબીજા પ્રત્યે અનન્ય આત્મીયતા, શ્રદ્ધા, સૌજન્ય, સમતા અને વફાદારીનું આરોપણ કરી એટલો અનુરાગ ઉત્પન્ન કરે છે, કે સાથીદાર જો દોષદુર્ગુણોથી ભરેલો, અયોગ્ય, અકિંચન હોય, તો પણ જગતનો સૌથી સુંદર, રૂપવાન, ગુણવાન, યોગ્ય અને સજ્જન પ્રકૃતિનો લાગે છે. આત્મીયતા એવી જ વસ્તુ છે કે તે જેના ઉપર પણ દર્શાવવામાં આવે છે, તેને પરમપ્રિય બનાવી દે છે. પતિપત્નીમાં પણ માનવસહજ દુર્બળતા અને ખામીઓ રહે છે, પણ જો વિવાહના ઉદ્દેશ્યને સમજીને પરસ્પર આત્મીયતા, સમર્પણ, એકતા

અને મમતાનું આરોપણ કરી લેવામાં આવ્યું હોય, તો આ ખામીઓ હોવા છતાં, ન સુધરવા છતાં, ગૃહસ્થ જીવનની નાવ આનંદપૂર્વક આગળ વધતી રહે છે. પરેખર તો એવું બને છે કે પોતાના માટે કશું નહિ અને સાથીદાર માટે સર્વસ્વ એવું વિચારનાર પાત્ર પોતાની ત્રુટીઓને સહજ રીતે સુધારી લે છે કે જેથી સાથીદારને પોતાને કારણે કોઈ જાતની અસુવિધાનો સામનો ન કરવો પડે.

યોગનો અર્થ છે જોડવું. બે આત્માઓને જોડી દેવા તે એક યોગ સાધના છે. રાજયોગ, હઠયોગ, જપયોગ, લયયોગ, પ્રાણયોગ વગેરે પ્રકારની જેમ ગૃહસ્થયોગ પણ એક ઉચ્ચ કોટિની સાધના છે જેનું પ્રતિક્ષ્ણ પહેલા જ દિવસથી મળવું શરૂ થઈ જાય છે. અન્ય સાધનાઓ ઘણા સમય પછી ફળ આપે છે, પણ આ ગૃહસ્થયોગની સાધનાથી આરંભના દિવસથી જ પ્રતિક્ષ્ણ મળવાની શરૂઆત થઈ જાય છે. એકાકી જીવનમાં જે સૂનકાર, નીરસતા અને અનિશ્ચિતતા છે, તે થોડા જ સમયમાં ગૃહસ્થજીવનમાં દૂર થઈ જાય છે. સાથીદાર તો એક જ મળે છે, પણ જણાય છે કે તે સાથીના ગુણ, કર્મ અને પરિજન સર્વે પોતાની સહાયતા કરનાર સેનાના રૂપમાં આપણા સાથીદાર બની ગયા છે. આ અનુભૂતિમાં દાંપત્યજીવનના બંને પક્ષ પોતાને બહુ સમર્થ માને છે અને સાથીને સ્નેહ, સૌજન્યની અમૃતમયી અનુભૂતિથી હરઘડી સરસતાનો અનુભવ કરાવે છે. ગંગા અને યમુનાનું મિલન થવાથી તેમનો સંગમ 'તીર્થરાજ' બની જાય છે. બે આત્માનું આંતરિક મિલન-લગ્ન વ્યક્તિગત તીર્થરાજ છે, જેમાં સ્નાન કરતાં પુણ્ય પ્રક્રિયાનો અનુભવ પતિપત્ની બંનેને નિરંતર થયા કરે છે.

લગ્નનું ઉપર્યુક્ત પ્રયોજન સમજવા અને ચરિતાર્થ કરવા કેટલાંક દંપતી પોતાના નાના નાના માળામાં પણ ગરીબીનું જીવન જીવવા છતાં સ્વર્ગ જેવી શાંતિ, પ્રસન્નતા, પ્રફુલ્લતા, સંતોષ, સરસતા અને સુવિધાનો આનંદ લે છે. તેને સાથીના રૂપ, શિક્ષણ, ગુણ કે યોગ્યતાની ચર્ચા બિનજરૂરી લાગે છે, કારણકે સાચો પ્રેમ

આ બધાના અભાવમાં પણ સાથીને દેવતા જેવો બનાવી દે છે. પ્રેમભર્યા અનુરોધથી, કાં તો સહચરની ખામીઓને સુધારી લે છે અથવા પોતાની સહિષ્ણુતાથી તેને દરગુજર કરીને પણ કામ ચલાવી લે છે. જ્યાં સ્નેહ અને સદ્ભાવનાની સમુચિત માત્રા હયાત હોય ત્યાં કલેશ-કલહ માટે કોઈ કારણ બચતું નથી. મિલનનું પ્રતિક્ષણ આનંદ જ હોવું જોઈએ. ગૃહસ્થયોગની સાધનાથી જે અનેક શિદ્ધિસિદ્ધિ મળે છે તેમાં સતોગુણી સંતાન અને સુવ્યવસ્થિત પરિવારનું પ્રતિક્ષણ પણ છે. જે પતિપત્નીમાં હાર્દિક પ્રેમ અને અતૂટ વિશ્વાસ હશે તેમનાં સંતાનો ક્યારેય કુપાત્ર નહીં પાકે. પ્રેમનું પોષણ જેમણે પોતાની માતાની પ્રગાઢ આત્મીયતામાંથી મેળવ્યું છે, તે બાળકોમાં અનાયાસ જ અસંખ્ય સદ્ગુણો વિકસિત થતા રહે છે. એવી વ્યક્તિ પોતાનો નાનો કે મોટો પરિવાર હોય તેની સ્નેહ, સૌજન્યની શૃંખલામાં બંધાયેલી રહીને કુટુંબના દરેક સભ્યને સુખી અને વિકાસોન્મુખ થવાનો અવસર આપે છે.

આજે લોકો લગ્નનો ઉચ્ચ ઉદ્દેશ્ય અને આદર્શ જ ભૂલી ગયા છે. હવે લગ્ન એ કામકીડાની પશુતાનું એક પ્રમાણિત પ્રમાણપત્ર રહી ગયું છે. વાસના અને વિલાસિતાની દૃષ્ટિથી જોડાં મેળવી દેવાય છે. છોકરાઓ રૂપાળી અને ઉત્તેજિત છોકરીઓને શોધે છે, જેથી વાસનાનું અધિક આકર્ષણ અને ઉપયોગ પ્રાપ્ત થઈ શકે. છોકરીઓ ઉપરોક્ત તથ્ય ઉપરાંત અર્થ ઉપાર્જનના અધિક વિશાળ સ્ત્રોત શોધે છે, જેથી તેને વિલાસિતા અને આરામદાયી સુવિધાઓ અધિક મળી રહે. છોકરા-છોકરીનું રૂપલાવણ્ય આજે પ્રધાનતાપૂર્વક જોવાય છે. વિચારવામાં આવે છે કે આ ઉપલબ્ધિઓ મળી જાય, તો વિવાહ સાર્થક ગણાય, પણ એ ભૂલી જવાય છે કે વિવાહની સફળતાનો આધાર, સાથીની મનોભૂમિ, સંસ્કૃતિ અને આશર્દવાદિતા જ છે. કામકૌતુકને માટે, ઉપભોગને માટે લગ્ન નથી કરવામાં આવતાં. તેનું પ્રયોજન આધ્યાત્મિક છે. જ્યાં આ દૃષ્ટિકોણથી લગ્ન થશે ત્યાં ગૃહસ્થજીવનનો આનંદ મળશે, અન્યથા કામકૌતુકની ક્ષણોને બાદ કરતાં, બાકીનો સમય તેનામાં અવિશ્વાસ અને

અસંતોષ જ પેદા કરશે. સાચી સહાનુભૂતિ મમતા અને એકતા વિના, પાસે રહેતાં હોવા છતાં દૂરવર્તી અપરિચિતોની જેમ ગૃહસ્થ જીવનની લાશને ખેંચતા રહેશે.

આવશ્યકતા એ વાતની છે કે જે લગ્ન કરી ચૂક્યા છે, કે જેને લગ્ન કરવાનાં છે, તેઓ તેનો ઉદ્દેશ અને આદર્શ સમજે. આપણી મનોભૂમિમાં એવી કોમળતા અને ઉદારતા હોવી જોઈએ કે સાથીને સ્નેહસિક્ત કરીને, તેના પરાયાપણાને પોતીકું બનાવી દેવું, એમ હોય તો જ લગ્ન કરવું જોઈએ. અન્યથા કામકૌતુકને માટે લગ્ન કરવાં તે બહુ મોઘો અને ઝંઝટભર્યો સોદો છે તેનાથી બન્ને પક્ષના હાથમાં કેવળ બરબાદી જ આવે છે. પુરુષ ઘાણીના બળદની જેમ પીસાતો અને સ્ત્રી પ્રજનનના કુચકમાં પોતાની તંદુરસ્તી, તેજસ્વિતા, પ્રતિભા અને કેટલીકવાર જિંદગી નાની વયે ખોઈ બેસે છે. બાળકોનું લાલનપાલન અને તેના દોષદુર્ગુણોમાંથી ઉત્પન્ન પરિણામ એટલું મુશ્કેલ પડે છે, કે લગ્નના અસલી ઉદ્દેશથી અપરિચિત લોકોને આ માર્ગમાં માત્ર શોકસંતાપ જ હાથમાં આવે છે.

લગ્ન એક આધ્યાત્મિક સાધન છે. લગ્ન એક પ્રેમના ફુવારાનું આત્મોર્કષની ઉચ્ચ ભાવનાઓ દ્વારા કરવામાં આવતું અભિસિચન છે. આ સજ્જનો અને શૂરવીરોનું કામ છે. કામી, દુષ્ટ, છેતરનાર અને વિશ્વાસઘાતી લોકો લગ્નના પવિત્ર બંધનને બદનામ કરે છે. તેઓ લગ્ન ન કરે અને એકાકી જીવન જીવે એ જ સારું છે. જેનાં લગ્ન થઈ ગયાં છે કે થવાનાં છે તેણે હજાર વાર વિચારી લેવું જોઈએ કે સાથીની ઉપર મમતા, સમતા, સદ્ભાવ અને આત્મીયતા વહેવડાવવાની છે. તેની પવિત્ર મિત્રતાને નિભાવવાની છે. ઈચ્છિત અનુકૂળતા ઉત્પન્ન ન પણ થઈ શકે, તો પણ સહિષ્ણુતા અપનાવીને દરગુજર કરવાની છે. બીજી બાજુથી સમુચિત પ્રત્યુત્તર ન મળે, તો સહિષ્ણુતાપૂર્ણ વ્યવહાર આપણા પક્ષે આજીવન રહેવો જોઈએ, જેથી લગ્ન સાધનાના પુનિત આદર્શને કલંકિત થવાનો અવસર ન મળે.

આ દિશામાં પતિનું કર્તવ્ય ચારગણું-સોગણું છે, કેમકે પરિસ્થિતિઓએ આજે તેને અધિક સાર્થકતા અને સુવિધા પ્રદાન કરી છે. રંગરૂપની વાત હવે મગજમાંથી કાઢી નાંખવી જોઈએ. ચામડીનું આકર્ષણ, ખેંચાણ વિશુદ્ધ રૂપથી વ્યભિચાર છે. આ બાબતને વિવાહિત કે અવિવાહિત જીવનમાં ક્યારેય અપનાવવી નહીં. ગુણોના આકર્ષણ ઉપર રીઝવું જોઈએ. વિવાહ કરતા પહેલાં સાથીને વિષે હજારવાર વિચાર કરવો, પણ જો તેને અપનાવી જ લીધો, તો હજાર દોષદુર્ગુણ હોવા છતાં, પણ છાતીએ લગાવવો જોઈએ ! અને આપણા તરફથી કર્તવ્યપાલન માટે છેવટ સુધી જાગૃત રહેવું જોઈએ. ભારતીય ધર્મમાં દેવસાક્ષીમાં બીજાનો હાથ એ શરતે પકડવામાં આવે છે કે તે અયોગ્ય, અસમર્થ, બીમાર કે દુર્ગુણી હોય, તો પણ તેને પરિપૂર્ણ નિષ્કાથી નિભાવી લેવો જોઈએ. લગ્ન પહેલાંના ચારિત્રિક દોષો વિષે વિચાર કરવો નિરર્થક છે. જે દિનથી પોતાનો વિવાહ થયો તે દિવસથી પતિવ્રત અને પત્નીવ્રત આરંભ થઈ જાય છે. ઉદારતા અને ક્ષમાનો પ્રયોગ પરસ્પર કરવામાં આવશે, તેટલી જ ગૃહસ્થજીવનની સફળતા સંભવિત થશે.

ઈશ્વર કરે, આપણા સમાજના દરેક ગૃહસ્થમાં દાંપત્યજીવનને એક પવિત્ર સાધના માનવાની અને તેને નિભાવવા માટે ત્યાગ, ઉદારતા વગેરેનો વિશેષ પરિચય પ્રાપ્ત કરવાની પ્રવૃત્તિ વધે ત્યારે જ આપણા કૌટુંબિક તથા સામાજિક જીવનમાં સ્વર્ગીય પરિસ્થિતિઓનું અવતરણ થશે.

## ૩૮ પતિવ્રત જ નહીં, પત્નીવ્રત પણ નિભાવીએ

વિવાહનો અર્થ કામસેવનની સુવિધા, રોટી પકાવવી, ઘર સંભાળવું કે કમાઉ સહયોગી મળી જાય એવો નથી, પરંતુ બે આત્માઓનું એકીકરણ છે. પ્રેમ માનવતત્ત્વની સૌથી શ્રેષ્ઠ વિભૂતિ છે. આનંદ અને ઉલ્લાસનો સર્વ આધાર તેના ઉપર છે. પ્રેમનું

ત્રિભયપક્ષીય પરિપોષણ અને નિરંતર અભિવર્ધન એ આધ્યાત્મિક પ્રગતિની એક મહત્વની સાધના છે. આ સાધનાનાં બે પૂરક પાત્રોની જેમ પતિપત્ની લગ્ન સંબંધથી બંધાય છે અને પ્રતિજ્ઞા કરે છે કે તેઓ બન્ને પરસ્પર આજીવન વફાદારી, આત્મીયતા, સેવા, સન્માન, ઉદારતા, સહયોગ તથા સદ્ભાવનાની દૃષ્ટિએ પરસ્પરને પોતાના આરાધ્ય માનીને ગૃહસ્થીની નાવ હંકારતાં જીવનસાગરના અંતિમ છેદ્ર સુધી પહોંચશે.

આ આદર્શોને નિભાવવા ઉપર દાંપત્યજીવન અને ગૃહસ્થ નિર્માણની પ્રયોજનપૂર્તિ સંભવ છે. લગ્નથી તરુણ વયના આવેગ તથા વાસનાનું પણ નિયંત્રણ થાય છે. છત સાથે પાઈપ ફીટ કરેલો હોવાથી વર્ષાનું પાણી એકત્ર થઈને એક જ માર્ગથી નીકળી જાય છે, અન્યથા તે ગમે ત્યાં ફેલાઈ જવાનો અને પડવાનો ભય રહે છે. આમ તો વિવાહનો ઉદ્દેશ્ય એકબીજાના આધ્યાત્મિક સ્તરને ઊંચે ઉઠાવી, બૌદ્ધિક વિકાસ અને સાંસારિક જીવનને વધુ સુવિધાપૂર્ણ બનાવવું એ છે અને તેમાં આધ્યાત્મિક સંયમ નિતાંત આવશ્યક છે. તેમ છતાં બન્ને પક્ષ પોતાના મનોવિકારોને નિયંત્રિત ન રાખી શકે અને પરિવાર વધારવાની સુસંપન્નતા તો કામસેવનની પણ એક મર્યાદિત ગુંજાઈશ છે. પણ એમ માનીને જ ચાલવું જોઈએ, કે લગ્ન જેવું પવિત્ર પ્રયોજન માત્ર વાસનાને માટે જ સંપન્ન કરવામાં આવતું નથી. જો એવું જ હોત, તો પશુઓની જેમ તે ઘૃણિત પ્રયોજનપૂર્ણ થતાંની સાથે જ એકબીજાને ભૂલી જાત અને ઉપેક્ષા કરવા લાગત. વેશ્યાવૃત્તિ અને વ્યભિચારમાં ગૃહસ્થીની મર્યાદિત વાસના કરતાં, આકર્ષણ અધિક હોય છે, પણ કોઈ ઉદ્દેશ્ય ન હોવાથી તે લોકોમાંથી કોઈ કોઈને વફાદાર નથી રહેતું.

ગૃહસ્થજીવનની મૂળ શાંતિ, સાથી પ્રત્યેની વફાદારી છે. સુખ સુવિધાઓમાં જ નહીં, પરંતુ વિપત્તિ, રોગ, અસમર્થતામાં પણ વફાદારી અખંડિત બની રહે, તો સમજવું જોઈએ કે લગ્ન કરનારાએ તેનો આદર્શ સમજી લીધો. સાચા સાથીની દરેકને પ્યાસ

હોય છે. આ સંબંધમાં પ્રગાઢ નિશ્ચિતતા મળી જવાથી મનુષ્યને ભારે સંતોષ અને સાહસ પ્રાપ્ત થાય છે. નિર્જીવ ચીજો એક વત્તા એક થઈને તેમાંથી બે થઈ શકે છે. પણ સજીવ મનુષ્ય એક અને એક મળીને અગિયાર થાય છે. જે ગૃહસ્થીમાં પતિપત્નીએ એક બીજાનો અતૂટ વિશ્વાસ સંપાદન કર્યો છે, જેમની પારસ્પરિક વફાદારી અસંદિગ્ધ છે, જેમની વચ્ચે દૂરતાનો એક કણ પણ નથી, જે સુખદુઃખમાં સમાન રૂપથી ભાગીદાર રહે છે, એક એક પાઈના આવકખર્ચની જાણકારી જ્યાં બન્નેને રહે છે, જે પોતાની સુવિધાની ઉપેક્ષા કરતાં રહે છે અને સાથીની સુવિધાને પ્રાધાન્ય આપે છે, જે હસવા-હસાવવાની ઉપયોગિતા સમજીને એક બીજાના મનનો ભાર હળવો કરે છે, તેઓને ધન્ય અને સફળ ગૃહસ્થ કહેવાય છે. આનંદ આવા ગૃહસ્થો માટે જ છે. પ્રગતિશીલ અને સમુન્નત જીવનમાં આવા દાંપત્યજીવનનું ભારે યોગદાન રહે છે. જો લગ્ન કરવાં હોય તો એવું દાંપત્યજીવન બનાવવા માટે પોતાના તરફથી પૂર્ણ પ્રયત્ન કરવા અને મોટામાં મોટો ત્યાગ કરવા માટે ઉત્સુક થઈને કદમ ભરવાં જોઈએ. અન્યથા માત્ર કામસેવનની સુવિધાને માટે લગ્ન કરવાં, તે વેશ્યાવૃત્તિ કરતાં પણ ખરાબ-ધૃષ્ટિત કર્મ છે. વેશ્યાવૃત્તિમાં વિશ્વાસઘાત નથી. તેનું સ્વરૂપ સ્પષ્ટ છે, પણ વિવાહની સાથે જોડાયેલા આદર્શોની ઉપેક્ષા કરીને કેવળ પોતાનો હલકો સ્વાર્થ સિદ્ધ કરવાને માટે સાથીને ગેરસમજણના કાદવમાં ફસાવી દેવો, તે એક મિત્રઘાત જેવી રાક્ષસી છેતરપેંડી છે.

ભારતીય દર્શન અનુસાર લગ્ન એક આત્મસમર્પણ, ઉત્સર્ગ, તથા આસ્થા પરિપકવ કરવાની ધરમાં રહીને કરવાની, યોગસાધના છે. આપણું દાંપત્યજીવન એવા સ્તરનું ઉચ્ચ હોવું જોઈએ, ત્યારે તેમાં વફાદારી, આત્મીયતા, સેવા-સંતોષ અને પ્રગતિનાં ફળ લાગશે. સંતાનો સદ્ગુણી થવાં, એ પતિપત્નીની આ મનઃસ્થિતિ ઉપર જ નિર્ભર છે. ગંગા અને યમુના મળીને પ્રયાગરાજ-તીર્થરાજ બને છે. રાત્રિ અને દિવસનું મિલન સંધ્યાકાળની પુનિત વેળા નિર્મિત કરે છે. વીજળીના બે તાર મળીને પ્રવાહ ઉત્પન્ન કરે છે. સાચા

અર્થમાં બે સંયુક્ત રીતે મળેલા અંતઃકરણવાળાં પતિપત્ની જ સદ્ગુણી સમર્થ અને સુવિકસિત સંતાન ઉત્પન્ન કરી શકે છે. જે દંપતી વચ્ચે અવિશ્વાસ, આશંકા, રોષ, ધૃષ્ટા, નિરાશા ભરી હશે, તેનો પ્રભાવ સંતાન ઉપર અવશ્ય પડશે અને બાળકો શરીર, મન અને સ્વભાવની દૈષ્ટિએ અનેક દોષદુર્ગુણ, જન્મજાત સંસ્કારના રૂપમાં લઈને જન્મશે અને સમગ્ર પરિવાર માટે એક સમસ્યા બનીને રહેશે.

અવિશ્વાસુ અને અનુદાર વાતાવરણ વચ્ચે લગ્ન કરવા છતાંય બન્ને પોતાને એકાકી સમજે છે અને મન આશંકાથી ભરેલું રહે છે, કે વિશ્વાસઘાત ગમે ત્યારે થઈ શકે છે. કોઈ પ્રકારે ગાડું ગબડતું રહે તો પણ એક લોકલાજના દોરડાથી બંધાયેલું બંધન માત્ર બની રહે છે. તેમાં ન તો આનંદ રહે છે, ન ઉલ્લાસ રહે છે, ન સરસતા રહે છે કે ન સુનિશ્ચિતતા. એવા લાભોથી રહિત ગૃહસ્થી એક વેંઢારવા જેવો ભાર માત્ર બની રહે છે.

જ્ઞાનાં ઘર-પરિવારોને સ્વર્ગનું વાતાવરણ નિર્મિત કરવાની પ્રયોગશાળા બનાવી દેવી જોઈએ. પતિવ્રત ધર્મ અને પત્નીવ્રત ધર્મ અંતર્ગત, બન્નેની ઉપર જે કર્તવ્યો તથા જવાબદારીઓનો ભાર આવે છે, તેને અતિ ઉત્સાહપૂર્વક વહન કરતા રહેવું જોઈએ અને પ્રયત્ન એ હોવો જોઈએ કે સાધીની તુલનામાં પોતાની ભૂમિકા અધિક ઊંચી બની રહે. ભારતીય નારીઓની પતિવ્રત સાધના એક ઐતિહાસિક તથા મનોવૈજ્ઞાનિક તથ્ય છે. તેમાં ૮૦ ટકા પોતાનો ભાગ ઈમાનદારીથી પૂરો કરે છે. અશિક્ષા, અનુભવહીનતા અને સંકુચિત વાતાવરણમાં બંધાઈ રહેવાને કારણે, તેઓના કર્તવ્ય અને વ્યવહારમાં કોઈ દોષ રહી જાય તે સ્વાભાવિક છે. આ કારણોનું નિવારણ કરીને સુધારી શકાય છે, પણ તેમની ઈમાનદારી, વફાદારી અસંદિગ્ધ છે. આમ તો ૧૦ ટકામાં પુરુષોએ ઉત્પન્ન કરેલા મૂળ દોષ પણ હોઈ શકે છે, પણ તેમાં અધિકાંશ પુરુષોની સજ્જનતા અસંદિગ્ધ છે. પતિવ્રત ધર્મ જ સ્વર્ગ-મોક્ષની સાધના છે. પતિને પરમેશ્વર માનવો જોઈએ. તેના પ્રત્યે વફાદારી, ઉદારતા અને



સેવાભાવના રાખવી જોઈએ. આ ઉપદેશોને ઘણા દિવસથી સાંભળ્યા કરીએ છીએ. મહિલા વર્ગે આ સિદ્ધાંતનું પાલન એવી ખૂબીથી કર્યું છે કે આ ઈતિહાસથી જગત પ્રભાવિત છે, તેને ચમત્કૃતિ લાગે છે. આજે પણ ભારતના સામાન્ય ગૃહસ્થને જોઈને પાશ્ચાત્ય સભ્યતાના અભિમાની એ જ વિચારે છે કે આદર્શ પરિવાર વસાવવાની પ્રક્રિયા ભારત પાસેથી શીખવી પડશે. આ ગૌરવમાં નારીની જ ભૂમિકા પ્રધાન છે.

જે આશાઓ આપણે પત્ની પાસે રાખીએ છીએ, તેનું પ્રશિક્ષણ પતિએ પોતાના વ્યવહાર અને સદ્ગુણોથી કરવું જોઈએ. કોઈ નથી ઈચ્છતું કે પોતાની પત્ની દુરાચારિણી, ઉડાઉ ખર્ચ કરનારી, કપટ કરનારી, અસહિષ્ણુ, આવેશગ્રસ્ત, કટુભાષી જેવા દુર્ગુણયુક્ત હોય. તેથી તેનું કર્તવ્ય છે કે પત્નીની પાસે પોતાની આવી જ વિશેષતાનું ધ્યાન રાખે. બીમારી, સંતાન ન થવાં, મંદબુદ્ધિ, અથવા વ્યવહારજ્ઞાનની ન્યૂનતાને કારણે પત્નીને છોડી દેવી, અપમાનિત કરવી અથવા સતાવવાની વાત વિચારવી એ પણ પત્નીવ્રત ધર્મના મહાન આદર્શને પ્રતિકૂળ છે. શંકરજી શરીર ઉપર સર્પોને વિંટાળીને રહેતા. ચંદન વૃક્ષ ઉપર સર્પ લપેટાયેલા રહે છે. એક સજ્જન પતિનું પણ કર્તવ્ય છે કે, પત્નીમાં આ પ્રકારની ખામીઓ હોય, તો પણ પોતાના તરફથી કર્તવ્યપાલનમાં રતીભાર પણ ઊણપ ન આવવા દેવી, પણ સ્નેહ, સદ્ભાવના, સેવા અને ઉદારતાથી જ વ્યવહાર કરવો. પતિવ્રત ધર્મ ઘણું કરીને નારી સમાજમાં જીવંત છે. હવે પુરુષની ફરજ છે કે પત્નીવ્રતની શ્રેષ્ઠતાથી ઘરને સ્વર્ગ બનાવે અને સંસારને એક મહત્તમ માર્ગદર્શન પ્રદાન કરે.

## ૩૯. સંયુક્ત પરિવારપ્રણાલી એક શ્રેયસ્કર પરંપરા

થોડા દિવસ પહેલાં અનુભવહીનતાના જોશ અને આવેશમાં એ પ્રતિપાદન શરૂ કરવામાં આવ્યું કે સંયુક્ત પરિવાર પ્રણાલીને

તોડી નાખવી અને તેને સ્થાને પતિપત્ની માત્રના નાના પરિવાર વસાવવા. જ્યાં સુધી બાળકો સમર્થ ન બને ત્યાં સુધી માબાપ તેમનું સંરક્ષણ કરે અને જેવાં વિવાહ અને આજીવિકાની દૃષ્ટિએ સમર્થ થઈ જાય, તેવાં જ તેઓને અલગ પરિવાર વસાવવા માટે સ્વતંત્ર કરી દેવામાં આવે. પાશ્ચાત્ય દેશોમાં આ પ્રયોગ ભૂતકાળમાં ભારે ઉત્સાહપૂર્વક થયો છે. યુરોપ, અમેરિકામાં હવે સંયુક્ત કુટુંબપ્રથા ક્યાંક ક્યાંક જ જોવા મળે છે. અધિકાંશ વ્યક્તિ પોતાનો નાનો પરિવાર જ વસાવે છે. આપણા દેશમાં પણ તેનું અનુકરણ સુશિક્ષિત વર્ગમાં ધીરે ધીરે જોર પકડી રહ્યું છે. વધુ ભણેલી છોકરીઓ અને નવા જમાનાના છોકરાઓ સંયુક્ત રહેવાનું નાપસંદ કરે છે. તેઓ ઘરના વડીલોથી અલગ રહેવાની ચેષ્ટા કરે છે. જેથી સંયુક્ત કુટુંબનો બોજો, ફરજો, તેનાં જે પરિણામો આવ્યાં તે અને નિયંત્રણમાંથી મુક્તિ મેળવીને પોતાને અધિક સુવિધાપૂર્વક દિવસ વિતાવવાનો અવસર મળે.

આ વધતી જતી અલગતાવાદી પ્રવૃત્તિ વિષે આપણે ઘણાં પાસાંઓને ધ્યાનમાં લઈને તેના ગુણદોષ ઉપર વિચાર કરવો પડશે. પ્રથમ તો પાશ્ચાત્ય દેશો, જ્યાંથી આ પ્રવૃત્તિ પ્રારંભ થઈ, ત્યાંનાં પરિણામો જોવાં પડશે. આરંભમાં પતિપત્નીને અધિક ખર્ચ કરવા અને ઓછું કામ કરવાની સુવિધા જરૂર મળી જાય છે અને નવા છોકરા તેમાં લાભ જોઈને પોતે પ્રસન્ન થાય છે, પણ થોડા જ દિવસોમાં પોતાની ભૂલનો અહેસાસ થવા લાગે છે. પત્ની ગર્ભવતી થાય છે, શરીરમાં કેટલીયે જાતના વિકાર ઉદ્ભવે છે. કામ ઓછું અને આરામ અધિક કરવાની ઈચ્છા થાય છે. તે સમયે કોઈ સહાયકની જરૂર પડે છે, પણ એકાકી ગૃહસ્થીમાં તો સર્વ કંઈ જાતે જ કરવું પડશે. પ્રસવકાળમાં કષ્ટ બહુ જ થાય છે. તે સમયે પણ ઊંડી સહાનુભૂતિવાળા કુટુંબી આવશ્યક લાગે છે. પ્રસૂતિકાળમાં ઉપવાસી રોગીની જેમ પલંગ પકડવો પડે છે અને હરઘડી સહાયતાની ઈચ્છા રહ્યા કરે છે. બાળક એક સંપૂર્ણ કુટુંબ જેટલું કામ વધારી દે છે. હરઘડી તેની દેખરેખ અને સેવા-સુશ્રૂષા તથા

સકાઈની જરૂર પડે છે. અસ્વસ્થ થવાથી તે રોવે છે અને ખૂબ જ ચીસો પાડે છે. કેટલીકવાર તો નિદ્રા હરામ કરી દે છે. તેને સંભાળતાં, ઘરનાં બીજાં કામો-ભોજન આદિ જે સમયે પૂરાં થવાં જોઈએ, તે મુશ્કેલીથી થાય છે. બાળકો વધે તેમ સમસ્યાઓ પણ વધે. સંયુક્ત કુટુંબમાં આવી કંઈ ખબર જ પડતી નથી. કોઈ કાંઈ કામ કરી જાય, કોઈ બીજું કાંઈ સંભાળી લે છે. એકલી બિચારી સ્ત્રી શું શું કરે ? પતિ પોતાના જ ગોરખધંધામાં લાગેલો રહે છે. સહાયતા કરવી તો દૂર, પરંતુ પોતાની જ ફરમાઈશો પૂરી ન થવાથી અને ગૃહવ્યવસ્થામાં ખામી આવવાથી ઊલટાનો ખિજવાયેલો રહે છે. તેવા સમયે નવવધૂને સમજ પડે છે કે સુવિધાની દૃષ્ટિએ સંયુક્ત પરિવારપ્રથા જ સારી છે.

બીમારી, અસમર્થતા, દુર્ઘટના, લડાઈ-ઝઘડા વગેરે અવસરોએ સંયુક્ત કુટુંબનો લાભ જણાય છે. જ્યારે એકની તકલીફમાં બીજા બધા જ ખડે પગે ઊભા રહી જાય છે અને પોતપોતાની રીતે સહાયતા કરીને બોજ હલકો કરે છે. લગ્નમાં એકવાર બહુ જ ખર્ચ કરવો પડે છે. એક વ્યક્તિ માટે એટલી બચત કરવી મુશ્કેલ પડે છે, પણ કુટુંબની સંયુક્ત પૂંજ અને આર્થિક સ્થિતિમાં તે પૈડું પણ ગબડ્યે જાય છે અને ખર્ચાળ લગ્ન પણ થઈ જાય છે. વિધવાને આર્થિક સંકટ અને વિધુરોને ગૃહવ્યવસ્થાની મુશ્કેલી પડતી નથી. તેઓ પણ એ જ કુટુંબમાં સમાઈ જાય છે અને નિર્વાહકમ ગમે તે રીતે ચાલતો જ રહે છે. પરિત્યક્તાઓ અને છૂટાછેડાવાળી મહિલાઓ પોતાનાં બાળકો સહિત પિયર ચાલી જાય છે અને કુટુંબનું ગુજરાન, તે જ પરિસ્થિતિમાં રહીને કરવા લાગે છે. એવી મહિલાઓ એકલી પોતાનો ભાર પોતે નથી ઉપાડી શકતી અને જો એકાકી ભાઈ હોય, તો એટલો બોજો ઉઠાવવો તેને માટે પણ મુશ્કેલ પડે છે. સંયુક્ત કુટુંબપ્રણાલી જ એવી બાબત છે, જેમાં દુર્ગુણી, અયોગ્ય, પાગલ, અસમર્થ વ્યક્તિ પણ નભી શકે છે. એકાકી હોત, તો તેને જીવિત રહેવું જ મુશ્કેલ પડત.

સંયુક્ત પરિવારપ્રથામાં બધા સભ્યોની કમાણી એક જગ્યાએ

એકત્ર થાય છે અને તે સંમિલિત મૂડીથી મોટા વ્યવસાય સરળતાથી શરૂ થઈ જાય છે. નોકર મોંઘા પડે છે, તેઓ ઈમાનદાર પણ નથી હોતા, દિવસરાત વ્યસ્ત રહેતા નથી, અધિક લાભમાં તેમને દિલચસ્પી પણ નથી હોતી. તેથી નોકરો કરતાં ધરના માણસો અધિક લાભદાયક સિદ્ધ થાય છે. ધરની મૂડી અને ધરનો શ્રમ જોડાઈ જાય, તો કોઈ પણ વ્યવસાયમાં લાભ થશે. કિસાનને માટે તો આ જીવનમરણનો પ્રશ્ન છે. તેની પાસે તો ઘર, ખેતર અને પશુઓનું એટલું બધું કામ રહે છે, કે તેમાં નાનાં બાળકો અને વૃદ્ધો પણ ઘણી સહાયતા કરી શકે છે. બધાના શ્રમથી જ કૃષિ અને પશુપાલન લાભદાયક રહે છે. અન્યથા નોકર રાખીને મામૂલી ખેડૂત ભરણપોષણ પણ ન કરી શકે.

વૃદ્ધાવસ્થાનું જીવન શાન અને શાંતિમાં પસાર થાય તે સંયુક્ત કુટુંબમાં જ સંભવ છે. જરાજીર્ણ શરીર જ્યારે પોતાનો બોજો ઉઠાવી શકતું નથી અને બીમારી પણ સાથી બની જાય છે, ત્યારે કુટુંબીઓની સેવા, સહાયતા અપેક્ષિત રહે છે. પોતાની કમાણી કે બચત ન હોવાથી આવશ્યક ખર્ચ પણ પુત્ર-પૌત્ર ઉઠાવે છે. લાંબી બીમારીમાં પણ તેમની જ સહાયતા મળે છે. શારીરિક અને માનસિક દૈષ્ટિએ દુર્બળ બનેલી વ્યક્તિની સામાન્ય રીતે ઉપેક્ષા પણ થાય છે, પણ સંયુક્ત પરિવારમાં માન, ઈજાત, જેમનાં તેમ બની રહે છે, બલકે વિશેષ વધી જાય છે. પૂછ્યા વિના કોઈ મોટું કામ થતું નથી. તેનાથી વૃદ્ધનું ગૌરવ-ગર્વ અને સન્માન અખંડ બની રહે છે.

આપણા ગરીબ અને કૃષિપ્રધાન દેશને માટે સંયુક્ત કુટુંબ પ્રણાલી એક વરદાન છે. તેના અનેક લાભ છે. આધ્યાત્મિક અને ભાવનાત્મક વિકાસની દૈષ્ટિએ પણ તેનું મહત્ત્વ છે. માતાપિતાની સેવા, ભાઈબહેનોની સહાયતા, કુટુંબીજનોની સમસ્યાઓને પોતાની સમજીને તેમને ઉકેલવામાં જોડાઈ જઈને, વ્યક્તિ પોતાની સ્વાર્થપરાયણતા ઘટાડે છે અને ઉદારતા વધારે છે. જેની મમતાનો પરિઘ જેટલો મોટો છે, તેને તેટલો જ શ્રેષ્ઠ કહેવાશે. સ્વાર્થને સ્વયંથી આગળ વધારી કુટુંબીઓ સુધી વિસ્તૃત કરવો “વસુધૈવ

કુટુંબકર્મ” ની મહાનતા અપનાવવાનું પ્રારંભિક અને મહત્વપૂર્ણ સોપાન છે. પોતાના શરીર અને પત્ની સુધીની જ વાત વિચારનાર વ્યક્તિ કંજૂસ જ કહેવાશે અને તેને ચડતી ઉંમરમાં કંઈક સુવિધાઓ મળશે, પછી બાકીની ઉત્તરાવસ્થામાં આ સંકુચિતતાનો દંડ પણ ભોગવવો પડશે.

આજે સંયુક્ત કુટુંબ એટલા માટે અનુપયોગી અને મનની મલિનતાનાં કેન્દ્ર બની ગયાં છે કે, તેમાં કર્તવ્યો અને અધિકારોનું વિભાજન સારી રીતે થતું નથી. કેટલાક લોકો મોટાઈને કારણે મોજ કરે છે. કેટલાકને નાની પદવીને કારણે ઘાણીના બળદની જેમ પિસાવું પડે છે. જેના હાથમાં પૂંજી કે સત્તા છે, તે મનમાન્યો ઉપયોગ કરે છે અને બાકીનાને નાની નાની વાતમાં પણ મોં વકાસીને તાકી રહેવું પડે છે, વિવશ થવું પડે છે. પરસ્પર સૌજન્ય, શિષ્ટાચાર, સ્નેહ, સદ્ભાવ, સન્માન અને સહયોગની ભાવનાઓ ઓછી થવાથી અસંતોષ, રોષ અને મનની મલિનતા રહેવા લાગે છે. આ કારણોને દૂર કરવાને માટે પરિવારના દરેક સભ્યને પ્રશિક્ષણ આપવું જોઈએ. એક આચારસંહિતા ઘડવી જોઈએ જેના આધારે દરેક નાના-મોટાને પોતાનાં કર્તવ્યોનું પૂરું ધ્યાન રહે અને હરકોઈ અધિકાર મેળવવાને બદલે કર્તવ્યપાલન માટે અધિક તત્પરતાપૂર્વક જોડાયેલ રહે.

પરિવારને એક સહકારી સમિતિ માનીને એવી રીતે બંધારણ ઘડવું જોઈએ, કે દરેકને પોતાનું કર્તવ્યપાલન કરવા માટે સ્વેચ્છાએ વિવશ થવું પડે. એક બીજા માટે અસીમ પ્યાર રાખવો અને પોતાના કરતાં બીજાની સુવિધાઓને મહત્વ આપતા રહેવું, આવેશ અને કટુતાને, દુર્ભાવ અને તિરસ્કારને, આળસ અને અકર્મણ્યતાને, અહંકાર અને દબાણની ક્ષુદ્રતાઓને જો હઠાવી દેવામાં આવે, તો વિખરાતા પરિવારોને પુનઃ સંયુક્ત રહેવા માટે સંમત કરી શકાય. સુવ્યવસ્થિત આચારસંહિતા ઉપર નિર્ધારિત આપણી સંયુક્ત પરિવાર પ્રણાલી, આપણા દેશને માટે તો ઉપયોગી સિદ્ધ થશે જ, સાથે જ સમસ્ત સંસારને પણ આ પરંપરા અપનાવવા માટે આકર્ષિત કરી શકશે.

## ૪૦. સંતાન કેટલાં અને શા માટે પેદા કરવાં ?

એક સમય એવો હતો જ્યારે દેશની વસતી ઘણી ઓછી હતી. વિશાળ વન-ઉપવન ઘણાં જ હતાં. પશુપાલન અને ખેતીને માટે જોઈએ તેટલી જમીન પ્રાપ્ય હતી. ત્યારે અર્થવ્યવસ્થા અને સુરક્ષાને માટે પરિવારની સંખ્યા મોટી હોય તે ઉપયોગી હતું. જેમનો પરિવાર મોટો હોય તેઓ જંગલી જાનવરો અને રાક્ષસો સામે ટક્કર લેવામાં સમર્થ રહેતા હતા. તે યુગમાં પુત્રનો જન્મ, સંતાનની વૃદ્ધિ એક દૈવી કૃપા માનવામાં આવતી હતી.

આજે તો દેશની વસતી ભયજનક સપાટીથી આગળ વધી ગઈ છે. દરેક મનુષ્યના ભાગમાં એટલી ઓછી જમીન આવે છે કે જેનાથી પર્યાપ્ત અન્ન ઉત્પાદન માટે પારાવાર પરિશ્રમ કરવા છતાં, વિદેશોમાંથી ઉધાર લેવાથી દેવું થઈ ગયું છે. બદલામાં અતિ આવશ્યક વસ્તુઓ આપીને કોઈ રીતે પેટપાલન સંભવ બને છે. અનાજની મોંઘવારી અસીમ વધી ગઈ છે. દૂધ, ઘી દેવતાઓને પણ દુર્લભ થઈ ગયાં છે. ચા અને ડાહડાથી આ પદાર્થોની સ્મૃતિ જીવંત છે. જે કમથી વસતી વધી રહી છે, તેને જોઈને ભવિષ્યમાં અનાજની ઊણપ, મોંઘવારી, દૂધ-ઘીની દુર્લભતા વધશે. મનુષ્યોને માટે જ જ્યારે નિવાસ અને અનાજ મુશ્કેલ થઈ જશે, તો બિચારાં પશુઓ ક્યાં રહેશે ? કેવી રીતે રહેશે ?

પચાસ વર્ષ પહેલાં અને આજની પરિસ્થિતિમાં આ વસતી વધારાએ જમીન-આસમાન જેટલું અંતર ઉત્પન્ન કરી નાંખ્યું. આ ક્રમ ચક્રવૃદ્ધિ કમથી વધી રહ્યો છે, એટલું જ નહીં આ વિપત્તિ હજુ પણ વધશે. ઉદ્યોગઘંઘા, વેપાર, શિક્ષણ, વાહન વગેરે માટે સાધનો ગમે તેટલાં વધારીએ છતાં વસતી જે ગતિથી વધી રહી છે, તે જોતાં તે ઓછાં જ પડશે અને ગરીબાઈથી લઈને અવ્યવસ્થા સુધી અસંખ્ય સમસ્યાઓ વધતી અને ગૂંચવાતી રહેશે. નિવાસ, બેરોજગારી તથા ચિકિત્સાની ગૂંચવણ આજે પણ ગૂંચવાડાભર્યાં સવાલ બની ગઈ છે. ભવિષ્યમાં તો તેનો ઉકેલ

નહીં આવે એવી સ્થિતિ થઈ જશે.

સંતાનોની સંખ્યા વધારવી આજની પરિસ્થિતિમાં પોતાના વ્યક્તિગત અને પારિવારિક જીવનમાં વિપત્તિઓને સીધું આમંત્રણ આપવા બરાબર છે. મોંઘવારી અને અપર્યાપ્ત પોષણને કારણે બાળકોના નિવાસ, ખેલકૂદને માટે સ્થાન ઓછાં મળે છે. તેમને પૌષ્ટિક ભોજન નથી મળતું. મોંઘું શિક્ષણ અને ચિકિત્સાને કારણે સમયને અનુરૂપ તેમના શિક્ષણની વ્યવસ્થા થતી નથી. ચિકિત્સાનો યોગ્ય પ્રબન્ધ થઈ શકતો નથી. એવી દશામાં કેવી રીતે આશા રાખી શકાય કે આ સંખ્યાબંધ બાળકોનો સમુચિત વિકાસ અને પોષણ એક સામાન્ય વર્ગનો આદમી કરી શકે ? આંગળીને વેઢે ગણી શકાય, તેવા અમીરોની વાત જુદી છે. સર્વ સાધારણ માટે તો આ ભાર જેટલો વધશે તેટલો જ અસહ્ય બનશે. સમય ઓછો અને બાળકો વધુ થવાથી, તેમના પ્રત્યે ધ્યાન પણ આપી શકાતું નથી. તેમનો સ્વભાવ, સંસ્કાર તથા સ્વાસ્થ્ય સુવિકસિત કરવાને માટે વડીલોએ પૂરું ધ્યાન દેવું, સમય અને શ્રમ દાન કરવું તથા પૂરતો ખર્ચ કરવો જોઈએ, પણ તે અધિક બાળકોમાં સંભવ નથી. તેથી તેઓ બિચારાં જંગલી ઘાસની જેમ વધે, પોતાના મોતે મરે કે જીવે અને સંસ્કારી-કુસંસ્કારી બનતાં રહે છે. આવાં બાળકો સમગ્ર પરિવારને માટે, સમસ્ત સમાજને માટે એક સિરદર્દ બની રહે છે. કુમાર્ગામી કે અસ્વસ્થ થઈ જાય, ત્યારે તો તેને એક વિપત્તિ અને શ્રાપ જ કહેવામાં આવશે.

કામ એટલું જ હાથ ઉપર લેવું, જે સારી રીતે નિભાવી શકાય. બાળકો ઉત્પન્ન કરવાં એ માત્ર કીડા-વિનોદ નથી. તેની પાછળ મોટી જવાબદારી સમાયેલી છે. જે તેને સારી રીતે ઉપાડવામાં સમર્થ હોય, તેમણે જ જવાબદારી ઉઠાવવાનું સાહસ કરવું જોઈએ. અન્યથા આગળ પાછળનો વિચાર કર્યા વિના સંતાન વધારતા જવાં તેને આપણા માટે, બાળકો માટે અને સમસ્ત સમાજને માટે સંકટ ઊભું કરવા જેવો અપરાધ માનવામાં આવશે.

સંતાનની સંખ્યા વધારવી એ પત્ની સાથેનો પ્રત્યક્ષ અત્યાચાર

છે. બાળકને નવ મહિના પેટમાં રાખવું, તેનું શરીર પોતાના લોહીમાંસમાંથી બનાવવું, પ્રસવપીડા, દૂધ પીવરાવવું અને અધૂરી ઊંઘ લેવી તે માતાને માટે એક અસાધારણ ભાર છે. તેની પૂર્તિને માટે તેને બહુમૂલ્ય પૌષ્ટિક ભોજન, વિશ્રામ તથા કેટલીયે જાતની સુવિધા જોઈએ. તે ન મળે અને એક પછી એક બાળકો જલદી જલદી પેદા થતાં રહે, તો નિશ્ચિત રૂપથી તે માતાનું સ્વાસ્થ્ય બગડી જશે. આપણા દેશની ચોથા ભાગની સ્ત્રીઓનું સ્વાસ્થ્ય આ કારણે જ ખરાબ છે. તેમને અનેક પ્રકારના આંતરિક રોગ ધેરી લે છે. જુવાની બેચાર વર્ષની અંદર ચાલી જાય છે અને જોતજોતામાં વૃદ્ધત્વ આવી જાય છે. પ્રસવકાળમાં અગણિત સ્ત્રીઓ મરે છે. દુર્બળ શરીરો માટે આ ભાર આખરે ક્યું પરિણામ ઉત્પન્ન કરી શકે ? આ સ્પષ્ટ રીતે એક હત્યાકાંડોની શૃંખલા છે. જેઓ જે વજન ઉઠાવવામાં અસમર્થ છે, તેના ઉપર વધુ લાદવામાં આવે, તો આખરે બિચારાને મરવું જ પડશે. આપણે કહેવા પૂરતો આપણી પત્નીને ઉપરછલ્લો, દેખાવનો પ્રેમ કરીએ છીએ. વ્યવહાર આપણો કસાઈ જેવો હોય છે. પ્રજનનના ભારથી કણસતી, વગર મોતે મરતી, અનેક રોગોથી ધેરાયેલી મહિલાઓના અગણિત આત્માઓ પોતાના પતિઓના જંગલી અત્યાચારો નો શિકાર બની જાય છે. કોઈ ભલે આ તથ્યની ઉપેક્ષા કરે, પણ સત્ય તો છેવટ સુધી સત્ય જ રહેશે. દુર્બળ માતાઓ માયકાંગલાં, દુર્ગુણી અને રોગિષ્ટ સંતાને જ ઉત્પન્ન કરશે. તેનાથી કોઈ પરિવારને પ્રસન્નતા અનુભવવાનો નહીં, વિપત્તિનું મુખ જોવાનો અવસર આવશે. સારું તો એ છે કે આપણે સમજાપૂર્વક કામ લઈએ અને અત્યારની પરિસ્થિતિઓ જોઈને સંતાનની સંખ્યામાં વૃદ્ધિ કરીને સંકટ વહોરી લેતા પહેલાં હજારવાર આ જવાબદારીના સંબંધમાં વિચાર કરીએ. જો પોતાની પત્નીની શારીરિક, માનસિક અને આર્થિક સ્થિતિ દરેક દૃષ્ટિએ યોગ્ય હોય, તો આગળ વધવું. અન્યથા કદમ રોકી લેવામાં જ દૂરદર્શિતા છે.

સારું તો એ છે કે છોકરા-છોકરીનાં લગ્ન મોટી ઉંમરે



કરવામાં આવે. સારું તો એ છે કે, વાનપ્રસ્થ પરંપરા ફરીથી શરૂ થાય અને ચાળીસ વર્ષથી વધુ ઉંમરના લોકો પ્રજનન ક્રિયાથી મોં ફેરવી લે. જેને બાળકો ન હોય તેની સૌએ સાથે મળીને પ્રશંસા કરવી તે વધુ સારું છે. તેના સૌભાગ્યનાં વખાણ કરવાં. સારું તો એ છે કે પ્રથમ બાળક મોડેથી ઉત્પન્ન કરવું અને બે બાળકો પછી આ પ્રક્રિયાને બંધ કરી દેવામાં આવે. ગમે તેમ કરીને આપણે વસતીનો વધારો થતો અટકાવવો જોઈએ.

આજની પરિસ્થિતિમાં બાળકોની સંખ્યા વધારવી સૌભાગ્યનું સૂચક નથી. તે દુર્ભાગ્યનું પ્રતીક બની ગયું છે. પ્રાચીનકાળમાં સંતાનની કામના અને પ્રાર્થના કરવામાં આવતી, તેના જન્મનો ઉત્સવ મનાવવામાં આવતો, તે વાત તો સમજાય તેવી છે, પણ આજે ય એવી રીતે વિચારવું યોગ્ય નથી. એક રૂપિયામાં વીસ-ત્રીસ શેર ઘઉં વેચાતા મળતા. આજે એક શેર ઘઉંનો ભાવ તે દિવસો કરતાં અનેકગણો છે. એ જમાનામાં સંતાનહીન અભાગિયા કહેવાતા, પણ આજે તો તેઓ જ સાચા અર્થમાં ભાગ્યવાન છે. તેમને દેશભક્ત અને પુણ્યાત્મા કહેવામાં આવે, કેમ કે તેમણે રાષ્ટ્રીય સંકટ વધારવાનું પાપ નથી કર્યું.

આપણો દેશ મૂઢ માન્યતાઓની જંગાળમાં જકડાયેલો છે. અહીં લોકો પાંચ હજાર વર્ષ જૂની પ્રણાલીથી જ વિચારવા ટેવાયેલા છે. લગ્ન થતાં જ સંતાનની ઉતાવળ કરે છે. જેણે બાળક પેદા કરી લીધાં, તેણે ગઢ જીતી લીધો. જેને બાળકો ન થાય, તેમને 'અભાગિયા' અને અભાવગ્રસ્ત સમજવામાં આવે છે. અસંખ્ય નરનારી આ જ મૂઢ માન્યતામાં ફસાઈને, વિચારધારામાં પ્રવાહિત થઈને સંતાનના અભાવે રોતાં, કલ્પાંત કરતાં જોઈ શકીએ છીએ. સંતાન ન હોવાથી પતિપત્ની અધિક સ્વસ્થ રહી શકે છે. શિશુ પાલનમાંથી બચેલા સમય અને ધનને સમાજસેવા, જ્ઞાનયજ્ઞ જેવી અતિ મહત્વપૂર્ણ આવશ્યકતાઓમાં ખર્ચી શકે છે અને પોતાનો લોક-પરલોક દરેક દૃષ્ટિએ શાનદાર બનાવી શકે છે. પુત્રથી વંશ ચાલે અને પિંડદાન પ્રાપ્ત થાય એમ માનવું તે નરી મૂર્ખાઈ છે.

પિંડ પોતાનાં જ સત્કર્મોનો મળે છે. પુત્રનો તેમાં કંઈ હસ્તક્ષેપ નથી. વંશ પોતાના યશનો ચાલે છે, અન્યથા ૩, ૪ પેઢી પછી પોતાના વંશજોનાં નામ પણ લોકો ભૂલી જાય છે. પછી તેને આગળ ચાલતો રાખવાની તો આશા જ ક્યાં રાખવી ?

આપણે આજની પરિસ્થિતિઓને સમજીએ અને સંતાન ઉત્પાદનની જવાબદારી ત્યારે જ વહન કરીએ કે તેની યોગ્યતા અને ક્ષમતા આપણામાં હોય. તે દશામાં પણ સંતાનોની સંખ્યા ઓછી રાખવી ઉચિત છે.

## ૪૧. સુસંસ્કૃત સંતાન મેળવવા માટે

### પૂર્વ તૈયારી આવશ્યક છે

સંતાનોત્પાદન એક શારીરિક મનોરંજન કે ઈન્દ્રિયવાસનાની ક્ષણશ્રુતિ નથી, પરંતુ એક મહાન ઉત્તરદાયિત્વ છે, જેનાં દૂરગામી પરિણામો હોય છે. બાળક માના પેટમાં જે દિવસે આવે છે, તે જ દિવસથી પોતાના પિંડની અભિવૃદ્ધિ માટે માતાના શરીરમાંથી ખોરાક માગે છે. તે નવ મહિના પેટમાં રહીને પોતાનું માંસ, હાડકાં વગેરેથી સંપન્ન શરીર ધીરે ધીરે બનાવે છે. તે સમગ્ર ખોરાક માના શરીરમાંથી મેળવે છે. જનનીના શરીરમાં એટલું રક્ત, માંસ છે કે નહીં તે આપણે જોવું જોઈએ, જેના આધારે તે પોતાનું શરીર ટકાવી શકે અને નવા શિશુનો ખોરાક એકત્ર કરી શકે. એટલું જ નહીં, માતાની અતિ કષ્ટદાયક પ્રસવપીડા, ગર્ભાવસ્થામાં ભૂખ ન લાગવી, ઊલટી થવી, અપચો રહેવો, મસ્તક પીડા, અનિદ્રા જેવાં શારીરિક દબાણોને તે સહન કરી શકે છે કે નહીં તે જોવું જરૂરી છે. શિશુ જન્મતાંની સાથે જ પોતાનો આહાર પોતાની માતાના દૂધ દ્વારા પ્રાપ્ત કરે છે. આ દૂધ, તે બીજું કંઈ જ નથી; જનનીના રક્તનું જ બીજું સ્વરૂપ છે. પછી તેના પાલનપોષણમાં દત્તચિત્ત રહેવું, નિદ્રા પૂરી ન થવી તથા બીજી મુશ્કેલીઓનો ભાર માતા ઉપર જ પડે છે. જો તેનું શારીરિક સ્વાસ્થ્ય તેને યોગ્ય હોય

તો જ તેણે પ્રજનન માટે કદમ ઉઠાવવું જોઈએ. શિશુજન્મની પૂર્વ જનની બનવાની ઈચ્છુક માતાનું શારીરિક સ્વાસ્થ્ય ઉપરોક્ત ભાર સહન કરવા માટે સમર્થ છે કે નહીં, તે જોઈને જ કોઈ પણ મહિલાના ખભા પર આ ભાર લાદવો જોઈએ.

શિશુજન્મની સાથે જ પિતા ઉપર અનેક જવાબદારીઓ આવે છે. પ્રજનનની સાથે જ પત્નીને સ્વાસ્થ્ય અંગે પહોંચનાર ક્ષતિની પૂર્તિ કરવા માટે યોગ્ય આહારવિહારની વ્યવસ્થા, બાળકને સુવિકસિત કરવા પૌષ્ટિક આહાર, વસ્ત્ર, ચિકિત્સા વગેરેનો પ્રબંધ ઉચ્ચ શિક્ષણનો પ્રબંધ, વિવાહ-લગ્ન, આજીવિકા જેવા ખર્ચાની જવાબદારી પિતાના ખભે આવે છે. પોતાની આર્થિક સ્થિતિ કેટલાં બાળકોનો બોજ ઉઠાવી શકે છે, તેના ઉપર હજારવાર વિચાર કરવો જોઈએ અને જેટલાં બાળકોને સુવિકસિત બનાવી શકવા યોગ્ય પોતાની આવક હોય, તેને અનુરૂપ સંતાનોત્પાદનનું સાહસ કરવું જોઈએ. પોતાની આર્થિક ક્ષમતા કરતાં અધિક સંતાનોત્પાદન એક એવું નિંદનીય કાર્ય છે, જેને બાળકો સાથેનો અત્યાચાર જ કહી શકાય. ભૂખ્યાં, નાગાં, બીમાર, અશિક્ષિત, કુસંસ્કારી, અવિકસિત, અસ્તવ્યસ્ત બાળકો સ્વયંને માટે તથા માતાને માટે એક સમસ્યા જ બની રહે છે. તેઓ સમાજને માટે પણ ભારરૂપ બની રહે છે. અર્ધવિકસિત અને કુસંસ્કારી બાળક, સમાજમાં વિકૃતિઓ અને વિપત્તિઓ જ ઉત્પન્ન કરી શકે છે. જેણે પોતાની પરિસ્થિતિને માધ્યા વિના સંતાનોત્પાદન જેવા અતિ જવાબદારીવાળા કાર્યને એમ જ આરંભ કરી દીધું તેનું પાપ અવિવેકી માતાપિતાને જ લાગે છે. બાળકોના પાલનપોષણની જવાબદારી ઉપરાંત એક મહત્વની આવશ્યકતા તેમને સુસંસ્કારી બનાવવાની છે. આ શાળાકીય શિક્ષણથી પણ અધિક આવશ્યક અને મહત્વપૂર્ણ છે. બાળક જ્યાં સુધી પુખ્ત ન થઈ જાય ત્યાં સુધી શૈશવ અને કિશોર અવસ્થામાં પોતાના પરિવારની રહેણી કરણી તથા આચાર વિચારોથી જ પોતાની મનોભૂમિ, વિચારણા અને આદતો વિનિર્મિત કરતું રહે છે. જો વડીલોની આદતો ખરાબ અને કુસંસ્કારયુક્ત હોય, તો તેમની

બૂરાઈઓ બાળકની મનોભૂમિમાં અનાયાસ ઊતરવા માંડશે. ઉપદેશોનો પ્રભાવ મોટી ઉંમરે પડે છે. નાનું બાળક તો નજીકના વાતાવરણ અને ગતિવિધિનું જ અનુકરણ કરે છે. બાળક જોવામાં નાસમજ લાગે છે, વસ્તુતઃ તેની સૂક્ષ્મ સંવેદનાશકિત યુવાશકિત કરતાંયે વધુ પ્રમાણમાં હોય છે અને તે કંઈ કહ્યા, સાંભળ્યા વિના જ કંઈ બની રહ્યું છે તે શીખતું રહે છે.

જે બાળકો સજ્જન પ્રકૃતિનાં, સન્માર્ગગામી અને સુવ્યવસ્થિત હોય તેનાથી વડીલોને શાંતિ અને પ્રસન્નતા મળે છે. અન્યથા મોટાં થઈને તેઓ માબાપની સહાયતા કરવાને બદલે તેમને જાતજાતના ત્રાસ આપે છે. મોટાં બાળકો પોતાના ઘરની અધિકાંશ પૂંજી સ્વયં માટે ખર્ચાં નાંખે છે. બાપ રાહ જુએ છે કે તેઓ કંઈક કમાઈને પોતાનાં નાનાં ભાઈબહેનોને સહાયતા કરશે, પણ તેઓ કમાવા યોગ્ય થતાં જ પોતાની પત્ની-બાળકોને લઈને અલગ થઈ જાય છે. નબળી આર્થિક સ્થિતિનો દંડ બાકીનાં નાનાં બાળકોને સહન કરવો પડે છે. કુસંસ્કારી બાળકો માબાપને હંમેશાં ખર્ચ કરાવતાં રહે છે. તેમને સતાવે છે, અપમાનિત કરે છે તથા ભવિષ્યમાં એવી ઘટનાઓ ઉત્પન્ન કરે છે જેનાથી વડીલોને સમાજમાં તે કુપુત્રોનાં કરતૂતો માટે લજ્જાથી મસ્તક ઝુકાવીને ચાલવું પડે.

આ સર્વ આપત્તિઓથી બચવાને માટે સંતાનોત્પાદન પહેલાં, માતાપિતાએ વારંવાર વિચાર કરવો જોઈએ. જો માતાપિતા પોતાને આ જવાબદારી વહન કરવા યોગ્ય સમજે તો પ્રજનન પૂર્વે પોતાનું શારીરિક સ્વાસ્થ્ય, માનસિક સ્થિતિ અને પારિવારિક વાતાવરણને એટલું શ્રેષ્ઠ બનાવવું, કે જન્મનાર બાળક દરેક દૃષ્ટિએ પરિષ્કૃત અને સુસંસ્કારી જ સિદ્ધ થાય. ભીની માટીને જે બીબામાં ઢાળવામાં આવે છે તેવાં જ રમકડાં બની જાય છે. વડીલો એક પ્રકારનાં બીબા છે, તેમનું જ અનુકરણ કરીને બાળક તેમની પ્રતિકૃતિ બની જાય છે. જો બાળકોને સુખશાંતિથી જીવનારાં અને સંબંધીઓને પ્રસન્ન-સંતુષ્ટ રાખનારાં, સુસંસ્કૃત બનાવવાની ઈચ્છા હોય, તો તેનો એક જ ઉપાય છે, કે માતાપિતા પોતાને પહેલે થી જ એવા

બનાવવા અને સમગ્ર પરિવારને એ જ ઢાંચામાં ઢાળવા માટે હૃદયપૂર્વક પ્રયત્નમાં જોડાઈ જાય.

કુસંસ્કારી અને અવિકસિત બાળકો પેદા કરવાં તે સમાજ અને દેશની સાથે અપરાધ તથા વિશ્વાસઘાત કરવા સમાન છે. દેશમાં ગુજરાન કરવા લાયક અન્નવસ્ત્ર પેદા નથી થતાં, સંસારની સામે પેટ દેખાડીને, કાલાવાલા કરીને આપણે અન્ન મેળવીએ છીએ. એવી દશામાં વધુ બાળકો ઉત્પન્ન કરવાં તે દેશની દરિદ્રતા અને સંકટમાં વધારો કરવા બરાબર છે. તે ઉપરાંત તેઓ અવિકસિત રહે તો ભૂખે મરશે, લડાઈ કરશે, અપરાધ કરશે. તેનાથી રાષ્ટ્રમાં અશાંતિ અને વિપત્તિ જ વધશે. તેમની ગતિવિધિઓ રાષ્ટ્રની દુર્બળતા જ વધારશે. કુસંસ્કારી નાગરિકોથી ભરેલો દેશ તથા સમાજ સામૂહિક રૂપથી પતનની ખાઈમાં પડી જશે.

પ્રગતિ, પદાર્થો કે સુખસગવડનાં સાધનોની અભિવૃદ્ધિને જ નથી કહેવાતી. તે તો પ્રતિભાશાળી, શ્રેષ્ઠ, વ્યક્તિત્વની સંખ્યા વધારવા ઉપર નિર્ભર છે. કોઈ દેશ કે સમાજ પોતાના સુયોગ્ય, અને સદ્ગુણસંપન્ન સુવિકસિત નાગરિકોથી જ બળવાન, સમૃદ્ધ અને યશસ્વી બને છે. વ્યક્તિગત અને સમૂહગત વર્ચસ્વ સુયોગ્ય પેઢીઓ પર નિર્ભર છે. આ પ્રયોજનને ધ્યાનમાં રાખીને પ્રજનનની જવાબદારી ઉઠાવવા સમર્થ દંપતી પહેલાં પોતાને શારીરિક, માનસિક, આર્થિક અને સાંસ્કૃતિક સ્તર ઉપર સુયોગ્ય બનાવવામાં લાગી જાય. જ્યારે પૂર્ણ વિશ્વાસ આવી જાય કે આપણે રાષ્ટ્રને સુસંસ્કૃત અને સુવિકસિત નવા નાગરિક અર્પણ કરવા માટે સફળ થઈ શકીશું ત્યારે તેમણે સંતાનોત્પાદનની મહાન જવાબદારી ખભા ઉપર લેવાનું સાહસ કરવું જોઈએ.

## ૪૨. બાળકોને માત્ર જન્મ ન આપો; તેમનું નિર્માણ પણ કરો

બાળક પોતાની સાથે આપણા માટે અનેક કર્તવ્યો અને જવાબદારીઓ પણ લઈને આવે છે અને તેનું પાલન કરવું

વડીલોને માટે જરૂરી પણ હોય છે. બાળકના શરીરનું રક્ષણ કરવા માટે તેના ભોજન, વસ્ત્ર, સફાઈ, ચિકિત્સા, વિશ્રામ વગેરેનો પ્રબંધ કરવો પડે છે. મોટું થાય ત્યારે તેનું શિક્ષણ, વિવાહ, આજીવિકા વગેરે જરૂરિયાતો પૂરી કરવાનાં સાધનો પણ એકત્ર કરવાં પડે છે. સામાન્ય રીતે વડીલોએ એટલું ધ્યાન રાખવું પડે છે અને તેઓ પોતપોતાની રીતે તેની પૂર્તિ પણ કરે છે.

પરંતુ વાત અહીંથી સમાપ્ત નથી થઈ જતી. તેનાથી પણ આગળનાં કર્તવ્યો અને જવાબદારીઓ વડીલોની છે જેને ન સમજવાથી, ન નિભાવવાવથી બાળકો અનેક દુર્ગુણોથી ઘેરાઈ જાય છે અને પોતાને માટે, પરિવારને માટે, સમાજને માટે એક શ્રાપ સાબિત થાય છે. દુર્ગુણોથી બચાવવાનું અને સદ્ગુણોથી યુક્ત કરવાનું કર્તવ્ય પણ વડીલોનું છે, એ વાત ભૂલી જવી જોઈએ નહીં.

બાળક કેટલાક જન્મજાત સારા કે ખરાબ સંસ્કાર લઈને અવશ્ય આવે છે, પણ તેનો વિકાસ થવો કે નાશ થવો તેનો આધાર ઘણીબધી પરિસ્થિતિઓ ઉપર રહે છે. વાલીઓની મનોભૂમિ અને ઘરની પરિસ્થિતિઓ પર ઘણું કરીને બાળકોનો માનસિક વિકાસ નિર્ભર રહે છે. કોઈ વિરલાં બાળકો જ એવાં અપવાદરૂપ જોવામાં આવે છે, જે પરિવારની પરિસ્થિતિઓથી ભિન્ન પ્રકારનું વ્યક્તિત્વ નિર્માણ કરી શક્યાં હોય. વ્યવસાય તો બદલાતા રહે છે. ગરીબી-અમીરી અને રંગરૂપ પણ બદલાઈ જાય છે, પણ સ્વભાવ અને સંસ્કાર પ્રાયઃ આજીવન એવા જ બની રહે છે, જેવા બાળપણમાં પ્રાપ્ત થયા હતા. તેથી જો આપણાં બાળકોને દુર્ગુણોથી બચાવવાં હોય અને સદ્ગુણો બનાવવાં હોય, તો તેમના જન્મની પહેલાં જ તૈયારી કરવી જોઈએ કે જેથી તેમને સુસંસ્કૃત વાતાવરણ મળે, જેમાં ઉછરીને તેઓ સજ્જન, સુસંસ્કૃત અને સદ્ગુણી બની શકે.

આ એક રહસ્યમય તથ્ય છે કે બાળક ગર્ભમાં આવવાના દિવસથી જ શીખવાનું શરૂ કરે છે અને પાંચ વર્ષનું થાય ત્યાં સુધીમાં

પોતાની મનોભૂમિનું પોણા ભાગનું કામ પૂરું કરી દે છે. આ ગાળામાં બાળક બહુ જ સંવેદનશીલ રહે છે. કિશોરાવસ્થા અને યુવાવસ્થામાં નિશાળનું શિક્ષણ, વ્યાવસાયિક જ્ઞાન, કલાકૌશલ, લોકવ્યવહાર, ખેલકૂદ વગેરેનું શિક્ષણ પ્રાપ્ત કરવામાં આવે છે, કેમકે આવાં કાર્યોને યોગ્ય માનસિક વિકાસ મોટી ઉંમરમાં જ થાય છે, પરંતુ સ્વભાવ, સંસ્કાર, ચરિત્ર, શ્રદ્ધા જે ઉંમરમાં શીખવામાં આવે છે, તે ગર્ભમાં પ્રવેશ કરવાથી માંડીને પાંચ વર્ષ સુધી જ શીખી લે છે. આ ગાળામાં અચેતન મગજ બહુ જ સંવેદનશીલ રહે છે અને નિકટવર્તી વાતાવરણથી જે કંઈ વિચારવા કે કરવામાં આવ્યું હોય તેનું બહુ જ સ્પષ્ટ ચિત્ર પોતાના અંતઃકરણની ભૂમિકા ઉપર ઊતરતું જાય છે. આમ તો આ પ્રક્રિયા જીવનભર ચાલતી રહે છે, પણ તેનો બહુ મોટો અંશ શૈશવકાળમાં જ પૂરો થઈ જાય છે. તેથી વડીલોએ જો પોતાનાં બાળકો સંસ્કારવાન અને સદ્ગુણી બનાવવાં હોય, તો વાતાવરણ એવું બનાવવા પર ધ્યાન દેવું જોઈએ, જેનાથી તેઓને સુસંસ્કૃત બનાવવાનો યોગ્ય આધાર મળી શકે.

તે સારી રીતે સમજી લેવું જોઈએ કે, વ્યક્તિનાં સુખશાંતિને માટે સ્વાસ્થ્ય, શિક્ષણ, વિવાહ, આજીવિકા વગેરેની જરૂરિયાત તો છે, પણ કામ એટલાથી નથી ચાલતું. ટેવો અને ઈચ્છાઓ જો નિમ્ન પ્રકારની હોય તો વ્યક્તિનો દષ્ટિકોણ, સ્વભાવ અને વ્યવહાર છીછરા સ્તરનો હશે. ફળ સ્વરૂપે તે પોતે જ વિક્ષુબ્ધ રહેશે. પરિવારવાળાને પોતાના વ્યવહારથી દુઃખી કરશે અને સમાજને માટે એવી વિકૃતિઓ ઉત્પન્ન કરશે, કે જેનાથી કલેશ અને દ્વેષભરી દુષ્પ્રવૃત્તિઓની લાંબી શૃંખલા ચાલશે. જો આપણે બાળકોને સમુચિત પ્યાર કરતા હોઈએ તો તેમનું ભવિષ્ય ઉજ્જવળ બનાવવા તેમને સંસ્કારવાન બનાવવાની તૈયારીમાં લાગી જવું જોઈએ. સંતાનોત્પાદનની પ્રક્રિયામાં પડતા પહેલાં જ પતિપત્નીએ પોતાના દોષદુર્ગુણોને પરિશુદ્ધ કરવા જોઈએ અને સુસંસ્કૃત અને સ્થિતપ્રજ્ઞ સજ્જનની જેમ આચરણ, વ્યવહાર અને બોલચાલની બધી જ રીતિનીતિ સુધારી લેવી જોઈએ. બીજામાં જે પ્રકૃતિ હશે તે જ

છોડમાં આવશે. મકાઈમાંથી મકાઈ ઊગશે અને ઘઉંમાંથી ઘઉં. પિતાનું બીજ અને માતાની જમીન બન્નેનું સંતાન રૂપી ઉપવનના નિર્માણમાં સમાન યોગદાન અને મહત્ત્વ છે. તેથી માત્ર નર આકૃતિનાં જ નહીં, માનવ પ્રકૃતિનાં બાળકો ઉત્પન્ન કરવા ઈચ્છતા હોય, તો લગ્ન પછી તરત જ આ પ્રયત્નમાં લાગી જવું જોઈએ. જેથી પોતાના બધા જ દોષદુર્ગુણોને જલદીમાં જલદી હટાવી દઈએ અને પ્રયત્નપૂર્વક બધા જ સદ્ગુણોને પોતાના આચરણમાં સમાવી લઈએ. હોશિયાર બાળકોની ઉત્પત્તિનો મૂળ આધાર અહીંથી જ શરૂ થાય છે. ગર્ભાવસ્થામાં સાંભળેલા જ્ઞાનના આધારે અભિમન્યુએ મોટા થઈને ચક્રવ્યૂહનું વેધન કર્યું હતું. આપણાં બાળકો માતાના ગર્ભમાં બેસીને પણ ઘણું શીખે, સમજે અને ગ્રહણ કરે છે. ગર્ભવતીની આસપાસ પ્રસન્નતા, ઉલ્લાસ, સદ્ભાવના, આદર્શવાદિતા અને શ્રેષ્ઠતાનું વાતાવરણ બની રહેવું જોઈએ. તેને ગુસ્સામાં, અસંતોષમાં ઉદાસ અને ઉદ્વિગ્ન રહેવાની સ્થિતિ સહન ન કરવી પડે તેનું સમુચિત ધ્યાન રાખવું જોઈએ.

શિશુના જન્મ પછી, માતાપિતાની અને ઘરની બધી જ રીતિનીતિ એવી બનવી જોઈએ, જેમાં અસ્વચ્છતા, ગૂંચળામણ, મનની મલિનતા, ઉદ્વેગ અને અનૈતિકતાને માટે કોઈ ગુંજાઈશ ન હોય. બધા લોકો ધ્યાન રાખે કે બહુ જ કુશળ અને સંવેદનશીલ ગુપ્તચરની જેમ નવજાત શિશુ, આપણા આચરણ અને વ્યવહારમાંથી ઘણું શીખે છે. આ દિવસોમાં તેને જે શીખવવામાં આવશે, તેને આધારે જ તેની પ્રકૃતિ બનશે અને મોટું થતાં, તેનું ભવિષ્ય તેવી જ રીતનું ઘડાશે. આ તથ્યને સમજનાર લોકોનું એ અનિવાર્ય કર્તવ્ય છે, કે પોતાના દુર્ગુણો ઉપર નિયંત્રણ રાખે અને ઘરમાં સજ્જનતાની સૌમ્ય પરિસ્થિતિ બનાવી રાખવા માટે પણ ત્યાગ કરવો પડે, તેને માટે ખુશીથી તૈયાર રહેવું. માતાપિતાએ લડવા-ઝઘડવાથી પૂરી રીતે દૂર રહેવું જોઈએ અને કામક્રીડા ઉપર વધુમાં વધુ નિયંત્રણ રાખવું જોઈએ, જેથી બાળકો કસમયે જ બગડી જવાનું દુષ્પરિણામ સામે ન આવે.



બાળકો સ્કૂલ કોલેજમાં તો માત્ર ભાષા, ગણિત, ઇતિહાસ, ભૂગોળ વગેરે વિષયો ભણે છે. હવે ત્યાં પ્રાચીનકાળનાં ગુરુકુળ જેવું વાતાવરણ ક્યાં છે, જ્યાં બાળક સુસંસ્કાર પણ પ્રાપ્ત કરે ? બાળકોનું શિક્ષણ ઉપદેશ ઉપર નહીં, અનુકરણ ઉપર નિર્ભર છે. તેમનું અવિકસિત મગજ લાંબાપહોળા ઉપદેશો કે કઠોર નિર્દેશોને સમજવામાં અસમર્થ રહે છે, પણ જે કંઈ થઈ રહ્યું છે, તેને સમજવા અને અપનાવવામાં તેનું અંતઃકરણ પૂર્ણ સમર્થ હોય છે. તેથી તેને જ કંઈક શીખવવું હોય, તો તેનું પ્રત્યક્ષ રૂપ સામે રજૂ કરવું જોઈએ. આજની નિશાળ તથા શિક્ષકો બાળકોને એક નાની સીમા સુધી જ સુધારી શકે છે, કારણકે ત્યાં નથી વાતાવરણ કે નથી ચારિત્ર્ય. બાળકોના સ્વભાવ અને ચારિત્ર્યનું નિર્માણ તો ઘરની પાઠશાળાથી સંભવ છે. તેથી પ્રયત્નપૂર્વક એવો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ કે ઘરનું વાતાવરણ બહુ જ નિર્મળ, શાંતિમય, સદાચારી અને સજ્જનતાપૂર્ણ હોય. ઘરના સર્વ લોકો પરસ્પર મધુર વાતચીત કરે, પ્રેમપૂર્વક રહે અને એકબીજાને ભરપૂર સહાયતા કરવા માટે ઉદારતાપૂર્વક તત્પર રહે, તો કોઈ જાતના પ્રશિક્ષણ વિના, ઉપદેશ વિના જ બાળક સદ્ગુણોને ગ્રહણ કરવા માંડશે અને મોટું થઈને તેવું જ બનશે, જેવું તેને નાનપણમાં વડીલો દ્વારા શિખવાડવામાં આવ્યું અને બતાવવામાં આવ્યું હશે.

બાળકો ઉત્પન્ન કરવાં તે વ્યક્તિગત ક્રીડાવિનોદનો વિષય નથી. એક નવી વ્યક્તિનો જન્મ અને તેના વ્યક્તિત્વને નિર્મિત કરવાની આ મહાન જવાબદારી છે. જો આપણે આ કર્તવ્યને ભૂલીએ તો પોતે ઉદ્વિગ્ન રહેનાર, પરિવારને દુઃખી કરનાર, સમાજમાં દુષ્પ્રવૃત્તિઓ વધારનાર રાક્ષસોને ઉત્પન્ન કરીશું અને પોતાના પાપથી પોતાને અને સમાજને માટે નરકનું સર્જન કરીશું. ઊચિત તો એ છે કે જો બાળક ઉત્પન્ન કરવાનું સાહસ કરવું હોય, તો તેને સુસંસ્કૃત બનાવવાનું વાતાવરણ પણ ઉત્પન્ન કરીએ, ત્યારે જ લગ્ન તથા પ્રજનન સાર્થક બનશે.

## ૪૩. સંતાનોને સ્વાવલંબી બનાવવાં એ જ પર્યાપ્ત છે

મનુષ્ય જો સંતાન ઉત્પન્ન કરવા ઈચ્છે તો સ્વાભાવિક છે કે તેનું પાલનપોષણ, શિક્ષા-દીક્ષા, લગ્ન અને આજીવિકાની વ્યવસ્થા કરવાની જવાબદારી અદા કરે. સૃષ્ટિના સર્વ જીવોમાં એક રિવાજ છે, કે સંતાન જ્યાં સુધી પોતાના પગ ઉપર ઊભું રહીને પોતાનો નિર્વાહ સ્વયં ન કરે, ત્યાં સુધી તેની સહાયતા કરતા રહેવું, મનુષ્ય માટે ઉચિત એ છે કે બાળપણ અને કિશોરાવસ્થામાં સંતાનોનું ભરણપોષણ, ભોજન, વસ્ત્ર, શિક્ષણ, ચિકિત્સાની વ્યવસ્થા કરે અને તેને શારીરિક, માનસિક દૃષ્ટિથી યોગ્ય બનાવે, કે જેથી ભાવિ જીવનમાં સ્વાવલંબી જીવન વિતાવી શકે. પૌષ્ટિક આહાર, યોગ્ય શિક્ષણ, સાત્ત્વિક મનોરંજન અને સારી સોબતનાં સાધનો એકત્ર કરવાં તે વાલીઓનું કામ છે. વાલીઓની જવાબદારી છે કે બાળકોના ગુણ, કર્મ તથા સ્વભાવને સુસંસ્કૃત બનાવવા માટે એવું વાતાવરણ અને સાધનો પૂરાં પાડે જેથી તેમને સભ્ય, સુસંસ્કારી અને સજ્જન બનવાની દિશા મળે. જો કોઈ વાલી આ કર્તવ્યોને પૂરાં ન કરી શકે તો તેને કર્તવ્યપાલનમાં પ્રમાદ કરવા માટે દોષિત માનવામાં આવશે. લાડ-પ્યારના આવેશમાં જો બાળકોને આળસુ, વિલાસી, સવાદિયાં, અહંકારી, ઉદંડ અને દુર્ગુણી બનાવ્યાં તો આ અહિતકર અને અનાવશ્યક લાડ કરાવનારા વાલીઓને સંતાનો સાથે અન્યાય કરનારા જ કહેવાશે. જન્મ આપ્યા પછી નિસ્સંદેહ બાળકોને સુશિક્ષિત બનાવવા માટે કિશોરાવસ્થાના અંત સુધી અને યૌવનના પ્રવેશ સુધી આવશ્યક સાધન-સુવિધાઓ પૂરી પાડવી દરેક માતાપિતા અને વડીલ વર્ગનું કર્તવ્ય છે.

વિદેશોમાં, જ્યાં શાસકીય અને સામાજિક વ્યવસ્થા બરાબર છે ત્યાં તેટલાથી કામ ચાલે છે, પણ આપણા દેશમાં આ બંને વ્યવસ્થામાં ભારે ગરબડ છે. તેથી ભારતના વડીલોની બે વધુ

જવાબદારી વધી જાય છે, જે બાળકોને કામઘંઘે લગાડે અને તેને કમાણી કરવા યોગ્ય બનાવવામાં સહાયતા પૂરી પાડે તથા યોગ્ય સાથી શોધીને તેના લગ્નની વ્યવસ્થા કરે.

આટલું સર્વ કર્યા પછી માતાપિતાનું કર્તવ્ય પૂર્ણ થઈ જાય છે. સંતાનોને સ્વાવલંબી બનાવ્યા પછી તેમને સલાહ આપવી અને જરૂરી શિસ્ત જાળવી રાખવા માટે ધ્યાન આપવું જોઈએ, પણ સાથે જ એ પણ ધ્યાનમાં રાખવું જોઈએ, કે મનુષ્યજીવન જેવો બહુમૂલ્ય અવસર બાળકોને જન્મ આપવા માટે છે, તેને લાડપ્રેમ કરવા માટે અને અંત સુધી તેને બધું સમર્પિત કરી દેવા માટે મળ્યો નથી. આ ઉપરાંત તેમનાં બીજાં કર્તવ્યો પણ છે. સંતાનોત્પાદન અને પાલનપોષણ કરતાં વધુ પવિત્ર અને મહત્ત્વપૂર્ણ છે. મનુષ્યજીવનની સ્થિરતા અને પ્રગતિ સમાજના સહયોગથી જ સંભવિત બને છે. તેથી તે સ્વાભાવિક રીતે સમાજનો ઋણી છે અને તે વાત માટે ધર્મકર્તવ્યોથી બંધાયેલો છે, કે સામાજિક ઋણ અદા કરીને જ વિદાય થાય. આ વિશાળ વિશ્વ જ ભગવાનનું વિરાટ રૂપ છે. જે ભગવાને આપણા ઉપર અસીમ ઉપકારો કર્યા, તેના પ્રત્યે કૃતજ્ઞતા વ્યક્ત કરવાનો માર્ગ સમાજને સુવિકસિત, સુરભિત, સુગંધિત બનાવવો એ જ છે. તેથી ભારતીય ધર્મની એ મર્યાદા છે કે ઢળતી ઉંમરે વાનપ્રસ્થને અનુરૂપ જીવન વિતાવવું અને પોતાની બચેલી શક્તિઓ લોકમંગલ માટે અર્પિત કરવી. આત્મકલ્યાણ અને વિશ્વકલ્યાણને માટે આ જ રીતિનીતિ અપનાવી અને ધર્મકર્તવ્યનું પાલન કરવું જરૂરી છે. આ દેશમાં લાખો-કરોડો વર્ષોથી આ જ મર્યાદાનું પાલન કરવામાં આવ્યું છે, જેથી અહીં સ્વર્ગીય વાતાવરણ બની શક્યું.

હવે લોભ અને મોહની દુષ્પ્રવૃત્તિઓએ વાલીઓ અને સંતાનોના સંબંધોને વિકૃત બનાવીને સમગ્ર સામાજિક માળખું જ હચમચાવી નાખ્યું છે. સંતાનોને સ્વાવલંબી બનાવ્યા પછી વાલીઓ પોતાની સંકીર્ણતા અને મોહવૃત્તિનાં બંધનોમાં ખરાબ રીતે જકડાઈ રહે છે. આથી પાછલી ઉંમરમાં સમાજનું ઋણ ચૂકવવાને બદલે

પૌત્રો-પૌત્રીઓને ખવડાવતા રહેવાનો અને ઘર-કુટુંબનો બિનજરૂરી મોહ રાખીને ભાર વેકતા રહે છે. એટલું જ નહીં, સંતાનોને સ્વાવલંબી બનાવ્યા પછી, જે કંઈ ધન બચ્યું હોય તે પણ તેઓને જ આપી દે છે. જ્યારે ખરેખર તે ધન ઉપર વિશુદ્ધ રૂપથી સમાજનો જ હક્ક હતો અને સમાજના ઋણમાંથી મુક્ત થવા તે વાપરવું જોઈતું હતું.

સંતાનો પ્રત્યેના આ નિમ્ન અને સંકુચિતતાભર્યા બિનજરૂરી મોહને કારણે ભારતીય સમાજને ઘણું જ નુકસાન થયું છે. જે ધન અને સમય સમાજની પ્રગતિ અને સુખની વૃદ્ધિમાં ખર્ચ થવાં જોઈતો હતાં તે હરામની કમાણી સ્વરૂપે સ્વાવલંબી સંતાનોને મળતાં રહે, તો તેનાથી તેઓ વ્યસની, આળસુ, ઉગ્રાં અને દુર્ગુણી જ બનશે. માણસ તે જ પૈસાનો ઠીક અને ઉચિત રીતે ખર્ચ કરી શકે છે, જે તે પરસેવો પાડીને કમાયો હોય. જે પૈસા મફતમાં મળશે તેનાથી તેની વિલાસિતા જ નહીં, દુર્બુદ્ધિ પણ વધશે. તેથી જીવનભર વ્યાજ-ભાડાની કમાઈ ખાઈને અને નિરાંતે જીવન જીવવા માટે જે લોકો સંતાનોને પોતાની કમાણી વારસામાં આપી જવાની વાત વિચારે છે તેઓ સંતાનો સાથે, પોતાના આત્મા સાથે અને સમાજ સાથે વિશુદ્ધ રૂપથી એક અન્યાય જ કરે છે અને ત્રણેય અદાલતોમાં ગુનેગાર સાબિત થાય છે. આ એક બહુ જ વિકૃત, ફૂલ અને કનિષ્ઠ સંકીર્ણતાભરી મોહમાયા છે કે વાલીઓ સ્વાવલંબી સંતાનને જ પોતાનો શ્રમ, સમય, મન અને ધન એવી રીતે સમર્પિત કરે છે, જાણે તે ભગવાન હોય.

પ્રાચીનકાળમાં સંતાનો વાલીઓના ભરણપોષણ અને શિક્ષા-દીક્ષાનું ઋણ ચૂકાવવાનું જ ઘણું મહત્વનું માનતાં હતાં. આથી તેમણે વારસામાં આપેલું ધન અગ્રાહ્ય સમજતાં હતાં. સામાન્ય રીતે એવા પૈસા વયોવૃદ્ધ લોકો પોતાના જીવતાં જ દાનપુણ્યમાં અને સત્કર્મોમાં વાપરતા હતા. મૃત્યુ પછી જે બચતું તેનું સંતાનો શ્રાદ્ધમાં, સ્વર્ગીય આત્માને પુણ્ય પ્રદાન કરવા, લોકોપયોગી કાર્યોમાં ખર્ચતાં હતાં અને તેઓ તેમાંથી એક પાઈ

પણ રાખતાં નહીં જે ઋણ તેમના પર ચઢ્યું છે તે શું ઓછું છે, જેથી આગલા જન્મમાં ગદેડા-ઘોડા બનીને, આ મફતના માલને એક બિનજરૂરી ઋણના રૂપે સ્વીકારે અને માથા ઉપર ભાર ચડાવે ?

આજની સ્થિતિ વિચિત્ર છે. સંતાનો તરફથી જાતજાતનાં દુઃખ, તિરસ્કાર, ઉપેક્ષા અને માર સહન કરવા છતાં, નિમ્ન સંકુચિતતાના મોહપાશમાં જકડાયેલ વયોવૃદ્ધ ન તો દેશની, ધર્મની, સમાજની, કે સંસ્કૃતિની આવશ્યકતા સમજે છે અને ન તો આત્મકલ્યાણના, વિશ્વકલ્યાણના અને ઈશ્વરીય નિર્દેશો તરફ ધ્યાન આપે છે. જે કંઈ પાસે હોય છે, તેને માત્ર સંતાનોને જ આપવાની વાત વિચારે છે. સંતાન ન હોય તો બીજાનાં સંતાન દત્તક લે છે. સર્પની જેમ મૂડી ઉપર સંકીર્ણતાની ફેણ ચઢાવીને બેઠેલો મૂર્ખ, એટલી સામાન્ય વાત પણ નથી વિચારતો, કે પાછલી ઉંમરનો, સ્વાવલંબી સંતાનથી બચેલા સમય અને પૈસાનો સદુપયોગ કોઈ ઉત્તમ કાર્યોને માટે કરી શકાય છે કે નહીં ?

આચરણમાં ભરપૂર સ્વાર્થીપણું, સંકુચિતતા અને મોહ મમતાનો પરિચય આપનારા અને ઉદારતા અને લોકમંગલની ભાવનાની જરૂરિયાતથી વિમુખ આ વયોવૃદ્ધોની ધૃષ્ટતા તો જુઓ કે તેઓ તુલસીની માળા ફેરવીને અને પથ્થરને દેવતા માની, ધૂપદીપ સજાવી, એવી આશા રાખે છે કે તેમને આત્મકલ્યાણ અને ભગવાનના પ્યારનો લાભ મળશે. તેમની આ છેતરપિંડી અને મનવાંચિછત ફળ મેળવવાની ઠગારી આશા પર કોઈ પણ વિચારશીલ હસી-મજાક કરે શકે છે.

જો મોટી ઉંમરના વયોવૃદ્ધોને એવી સમજણ આવી હોત, કે સંતાનોને સ્વાવલંબી બનાવ્યા પછીની બચેલી સંપત્તિ અને સમય, વિશુદ્ધ રૂપથી વિશ્વમાનવનાં જ છે અને તેનો લોકમંગલનાં કાર્યોમાં જ ઉપયોગ કરવો જોઈએ, તો નિસ્સંદેહ આજે ભારત દેશ અને વિશ્વનું રૂપ જ જુદું હોત મૃત્યુની નજીક પહોંચેલા પાછલી ઉંમરના લોકો, વાનપ્રસ્થ પરંપરાઓનો ત્યાગ કરીને સંતાનના મોહપાશમાં જે

બૂરી રીતે જકડાયેલા દેખાય છે, તેનાથી એવો જ નિષ્કર્ષ નીકળે છે, કે તેઓ માળા જપવાનો ઢોંગ કરીને પોતાના ધૃષ્ટિત આચરણ દ્વારા પોતાનો, સમાજનો અને સંતાનનો સર્વનાશ જ કરી રહ્યા છે. ઈશ્વર તેઓને સદ્બુદ્ધિ આપે.

## ૪૪. લાજ કાઢવાની પ્રથા - નારી સાથેના વર્તનની એક જંગલી અનીતિ

નર અને નારી મળીને એક પૂર્ણ સમાજ બનાવે છે. તે બન્નેના સમાન પ્રયત્ન અને પુરુષાર્થથી ગૃહસ્થજીવન પ્રગતિશીલ બને છે અને સુખી રહે છે. જગતના બધા જ સભ્ય અને પ્રગતિશીલ દેશોમાં આની જ પ્રતીતિ થાય છે. બે બળદ જે પ્રકારે ખભેખભા મિલાવીને કામ કરે છે, તે જ રીતે નર અને નારી એક સાથે મળીને પોતાની યોગ્યતા અને સામર્થ્યને અનુરૂપ પૂરો પુરુષાર્થ કરીને પરિવારને સુખી અને સમુન્નત બનાવવાનાં સાધન ભેગાં કરે છે. જગતની પ્રગતિશીલતાનું આ જ રહસ્ય છે.

આપણા સમાજની સ્થિતિ કંઈક વિચિત્ર છે. અહીં નારીને ઘરની ચાર દીવાલોની અંદર બંધ રહેતા કેદીના જેવું જીવન પસાર કરવું પડે છે. તેને ઘેરથી બહાર નીકળવાની, એકલા ક્યાંય જવાની કે બીજા સાથે વાત કરવાની મનાઈ છે. લાજની પ્રથાને કારણે અહીં સ્ત્રીઓની સ્થિતિ એટલી દયનીય છે કે તેની તુલનામાં પશુપક્ષી પણ સારી સ્થિતિમાં જોવા મળે છે. ગાય, ભેંસ, ઘોડી, બકરી વગેરે ખુલ્લામાં રહી શકે છે અને મંદ કે બુલંદ અવાજથી જ્યારે ઈચ્છા થાય ત્યારે બોલી શકે છે, પણ આ સુવિધા ભારતીય નારીને પ્રાપ્ત નથી. પક્ષીઓના કલરવ અને કૂદાકૂદ ઉપર પ્રતિબંધ નથી, પણ બિચારી ભારતીય નારીના ભાગ્યમાં એટલી પણ સ્વતંત્રતા લખી નથી. તેને ખૂની કેદીની જેમ હરઘડી પ્રતિબંધોથી જકડાયેલી એક કોટડીમાં આજીવન એવી રીતે રેહવું પડે છે, જ્યાં સ્વતંત્રતાની હવાનો અનુભવ થઈ શકતો નથી. આ બંધનમાં

તેઓને આત્મિક અને ભૌતિક સર્વ પ્રતિભા ખોઈને પરાધીન, પરાવલંબી, અસહાય, અને અબળાની જેમ, કોઈ જંગલી પ્રાણીની જેમ રહેવું પડે છે.

પડદા પ્રથા ભારતની નથી. તેનો પ્રચાર અરબસ્તાનના રેતાળ પ્રદેશમાં થયો. જ્યાં દિનરાત રેતીની આંધી ચાલતી હતી અને ખોળામાંના બાળકોની આંખોમાં રેતી ધૂસી જવાનો હરઘડી ડર રહેતો હતો. સ્ત્રીઓ પોતાનું અને બાળકોનું મોં ઢાંકી રાખતી હતી. ભૂતકાળમાં જ્યારે સામંતી લૂંટકાટમાં યુવાન સ્ત્રીઓને ઉઠાવી જઈ ગુલામ બનાવી દેવામાં આવતી, તો તેમના આકર્ષણને લીધે થતા પારસ્પરિક ઝઘડાઓ જોતાં, એવો પ્રબન્ધ કરવામાં આવ્યો કે રાણીવાસમાં રહેતી બેગમો અને રખાતો મોં ઉપર પરદો રાખીને રહે, જેથી તેમને મેળવવા કોઈ બીજો સામંત ઝંઝટ ઊભું ન કરે. ભારતમાં જ્યારે મુસલમાનો આવ્યા, તો આ જ બાબત બધાએ તેમના પ્રભાવમાં આવીને શીખી લીધી. અહીં પણ બહુપત્નીવાદ અને રખાતો રાખવાની સામંતી પ્રથા અમલમાં આવી અને પકડમાં ફસાયેલી મહિલાઓને હાથમાંથી ન જવા દેવા માટે અહીં પણ પડદા પ્રથાનો રિવાજ થઈ ગયો. આ અંધેરતંત્રના દિવસોમાં ઘણાએ આ પડદા પ્રથામાં પોતાનો બચાવ અને ભલાઈ માન્યાં અને સ્વેચ્છાએ તેને અપનાવી લીધી. ત્રાસવાદી શાસક અને તેના નોકરો ખૂની વરુની જેમ સુંદર વલુદીકરીઓનો શિકાર કરવાનો લાગ જોતા હતા. એવા વિપત્તિકાળમાં એવું યોગ્ય માનવામાં આવ્યું, કે લાજ અપનાવીને કોઈ પ્રકારે પોતાની આબરૂ બચાવવી જોઈએ.

હવે તેવી પરિસ્થિતિઓ નથી રહી, જે પહેલાં ક્યારેક હતી. ગ્રહણને દિવસે ચંદ્ર ઉપર અશુભ છાયા પડે છે. તેને કાયમી બનાવી રાખવી આવશ્યક નથી. ભારતીય સંસ્કૃતિમાં પડદા પ્રથાનો ક્યારેય રિવાજ હતો નથી. અહીંના દેવતા અને દેવીઓનાં મુખ ઉપર એવી કોઈ કાલિમા ચોપડવામાં આવતી નથી, જેથી તેમને પોતાનો કલંકી ચહેરો ઢાંકી રાખવાની જરૂર પડે. વચ્ચેના આપત્તિકાળમાં લાચારી હશે, પણ હવે તેવી કોઈ વાત નથી,

કારણે આપણા અર્ધા સમાજને-નારીને અપંગ, પ્રતિબંધિત બનાવીને અસહાયની જેમ, ભારરૂપ બનાવી રાખવાનું ઔચિત્ય વિચારવું પડે.

પ્રાચીન ભારતીય નારીએ હર ક્ષેત્રમાં નરના ખભા સાથે ખભો મેળવીને સર્જનાત્મક કામોમાં સહયોગ આપ્યો છે. ઘેર અને બહાર સમાન રૂપથી તેનું કાર્યક્ષેત્ર રહ્યું છે. રસોઈ બનાવવી અને બાળકો પેદા કરવાનું મશીન તો તે અંધકાર યુગમાં બની હતી, બાકી તો પહેલેથી તે પોતાનાં ગૌરવ ગરિમા દ્વારા સમાજના હર ક્ષેત્રને પોતાની પ્રતિભાથી ચમત્કૃત કરતી રહી છે અને પ્રગતિ-સમૃદ્ધિને માટે પુરુષની જેમ જ પોતાનું યોગદાન આપી રહી છે. જગતભરમાં આજે પણ તેનો પુરુષાર્થ એવો જ ઉપયોગી સિદ્ધ થયો છે. એક સમર્થ વ્યક્તિના રૂપમાં તે પોતાની ક્ષમતા અને બુદ્ધિમત્તાનો પૂરેપૂરો લાભ પોતાના સમાજને આપી રહી છે.

પછત વર્ગનો ભારતીય સમાજ, પડદા પ્રથા જેવી અનીતિમૂલક મૂર્ખતાપૂર્ણ કુરીતિઓને હજુ પણ છાતીએ વળગાડીને બેઠો છે, જ્યારે તેને ચાલુ રાખવા માટે કોઈ આપત્તિકાલીન કારણ બાકી રહ્યું નથી. અહીં અરબસ્તાન જેવી રેતીની આંધી ઊડતી નથી. સ્ત્રીઓની લૂંટફાટ હવે થતી નથી, ખરીદી-વેચાણ થતું નથી, જેનાથી બચવા તેણે મોં છુપાવીને રહેવું પડે ! હવે તો વિવેકશીલતાની કસોટી ઉપર તેને વિશુદ્ધ સામાજિક અત્યાચાર કે વ્યક્તિના જન્મજાત, ઈશ્વરે બક્ષેલા માનવીય અધિકારથી વિમુખતા માનવી જોઈએ. આ કુપ્રથાએ આપણા સમાજને અપંગ બનાવી દીધો છે. બંદીની જેમ એક નાની કોટડીમાં રહેનારી નારી, દિવસે દિવસે શારીરિક અને માનસિક દૈષ્ટિએ અશક્ત થતી જાય છે. પુરુષોની તુલનાએ તેનું સ્વાસ્થ્ય વધુ ખરાબ છે. પ્રજનનના ભારથી તેનું ખરાબ રીતે મૃત્યુ થાય છે. શિક્ષણના અભાવે તે બાળકોના ઉચિત પાલનપોષણ, ગૃહવ્યવસ્થા અને પતિને મહત્વપૂર્ણ સહયોગ દેવામાં અસમર્થ રહે છે. અનુભવના અભાવે પરિવારની કોઈ મોટી સમસ્યા હલ કરવામાં કંઈ યોગદાન આપી શકતી નથી. પતિ દ્વારા ઉપેક્ષિત કે પરિત્યક્તા કરવામાં આવે અથવા વૈધવ્યની વિપત્તિ માથે આવી પડે, તો તેની



દયનીય દુર્દશા પથ્થરને પણ રડાવી દે છે.

જે સમાજનું-વ્યક્તિનું અર્ધું અંગ નારીના રૂપમાં આ પ્રકારે અપંગ બનેલું હોય, તો તેની પ્રગતિ અને સમૃદ્ધિની આશા કોણ રાખી શકે ? બાળક, વૃદ્ધ, અપંગ, રોગી તો ભારરૂપ હોય જ છે. નિરુપયોગી થઈ બેઠેલી નારીને પણ હવે લગભગ આ જ પ્રકારે અપંગોમાં સંમિલિત કરી નાંખવામાં આવી છે. પડદાપ્રથાએ આપણા સમાજના અર્ધા અંગને લકવો થયેલા રોગીની સ્થિતિમાં મૂકી દીધું છે. અર્ધા જનસંખ્યા ધરાવતી નારી પોતાના પ્રબળ પુરુષાર્થથી પુરુષ જનસંખ્યાની જેમ જ પ્રગતિના દરેક ક્ષેત્રમાં એક કદમ આગળ વધારી બતાવી શકતી હતી. અને સમૃદ્ધિભરી સુવિધાઓ ઉત્પન્ન કરી શકતી હતી આજે તે અસહાય બની મન મારીને કેદીના જેવું તિરસ્કૃત અને ઉપેક્ષિત જીવન જીવવા માટે વિવશ થઈ ગઈ છે.

સમય આવી ગયો છે કે પડદાપ્રથા જેવા અનીતિમૂલક કુરિવાજને હટાવી દેવામાં આવે અને નારીને પણ નરની જેમ માનવોચિત સન્માનપૂર્વક જીવન જીવવાનો અધિકાર આપવામાં આવે. તેને પુરુષો કરતાં વધુ શિક્ષણની સુવિધા મળવી જોઈએ, કારણ કે તે બહુ જ પછાત રહી ગઈ છે. જ્યાં સુધી પછાતપણું દૂર નહીં થાય અને સમાનતાના સ્તરે આવવાની સ્થિતિ ઉત્પન્ન નહીં થાય, જ્યાં સુધી શિક્ષા-દીક્ષા, સ્વાવલંબન તથા કુશળતા પ્રાપ્ત કરવાની અધિક સુવિધા પ્રાપ્ત કરવાનો તેને પૂરો હક છે, તે પ્રાપ્ત નહીં થાય ત્યાં સુધી સમાજ અપૂર્ણ રહેશે. પુરુષે આ સર્વ પ્રાપ્ત કરાવવા પૂરું યોગદાન આપવું જોઈએ. ભારતીય નારીને વિશેષ પ્રતિભા, વિશેષ ક્ષમતા, વિશેષ કુશળતા પ્રાપ્ત કરવાનો અવસર મળે તો રાષ્ટ્રની પ્રગતિમાં જોતજોતામાં ચાર ચાંદ લાગી જાય. આ માર્ગમાં સૌથી મોટી અડચણ પડદાપ્રથાની જ છે. આ પૂતનાનો હવે અંત જ આવવો જોઈએ.

## ૪૫. એક પાઈનો પણ અપવ્યય ન કરીએ

આર્થિક ક્ષેત્રમાં બુદ્ધિમાનીનું ચિહ્ન ઉપાર્જન જ નહીં, ખર્ચ કરવાની પ્રક્રિયા પણ છે. ઉપાર્જન કેવળ બુદ્ધિમત્તા ઉપર નહીં, પરિસ્થિતિઓ ઉપર પણ નિર્ભર રહે છે. એક સરખી બુદ્ધિમત્તા અને યોગ્યતા હોવા છતાં, કોઈને બહુ ઉપાર્જન કરવાનો મોકો મળી જાય છે. જ્યારે કેટલાકને પરિસ્થિતિઓ ઘણા પાછળ રાખી દે છે, પણ વિશેષ ઉપાર્જન કરનાર, વિશેષ સુયોગ્ય, વિશેષ બુદ્ધિમાન કે વિશેષ પ્રયત્નશીલ હોય, તે વાત સાચી નથી. જેનો મેળ બેસી જાય, તે પૂંજીવાદી અર્થપ્રણાલીમાં, વધુ સમૃદ્ધિ ઉપાર્જન કરવા માંડે છે. પૈસો, પૈસાને ખેંચે છે. બાપદાદાની મળેલી સંપત્તિ વારસામાં મળી શકે છે. જુગાર, સડો, લોટરી ફળ આપી શકે છે. ચોરીથી પણ ઘણું કમાઈ શકાય છે. કહેવાનું માત્ર એટલું જ છે કે, ઉપાર્જનની માત્રાને જ અર્થક્ષેત્રની બુદ્ધિમત્તા માનવી જોઈએ. બુદ્ધિમત્તાની વાસ્તવિક કસોટી એ છે કે, વ્યક્તિ કઈ રીતે પોતાની કમાણીનો ખર્ચ કરે છે.

અનેક વ્યક્તિ કમાય છે તો ઘણું પણ ખર્ચ કરવાની બાબતમાં ભારે અદૂરદર્શી હોય છે. જે આવે છે તે અસ્તવ્યસ્ત પદ્ધતિથી ફૂંકી મારે છે અને ભવિષ્યમાં અભાવગ્રસ્ત અને કરજદાર રહે છે. તેઓ પૈસાનું મૂલ્ય સમજતા નથી, પણ રમતગમત જેવી કોઈ ચીજ સમજે છે. જાણે કે પોતે જેમ વધુ ખર્ચ કરશે, તેમ વધુ સન્માન પ્રાપ્ત કરશે. આ દૃષ્ટિએ ઘણા ઉડાઉ ખર્ચ કરે છે. કેટલાકે તો એવાં દુર્વ્યસન અપનાવ્યાં હોય છે કે કમાણીનો ઘણો મોટો ભાગ, તેમાં ખર્ચાઈ જાય છે.

અનાવશ્યક રૂપથી હાથ ખુલ્લો રાખીને જો પૈસા ઉડાડવામાં આવે, તો કુબેરનો ખજાનો પણ ખાલી થઈ જાય અને લક્ષ્મીને પણ દરિદ્રતાનો શિકાર બનવું પડે. ગમે તેટલા મોટા વાસણમાં પાણી કેમ ન ભર્યું હોય, પણ તળિયાનું એક નાનું છિદ્ર થોડા જ સમયમાં તેને ખાલી કરી દેવા સમર્થ છે. સમજ્યા વિચાર્યા વિના, મનમાં આવે

તેવા તરંગને આધારે ખર્ચ કરનાર સદાયે અભાવગ્રસ્ત અને દરિદ્ર જ રહેશે. ભલે ને તેની આવક ગમે તેટલી મોટી હોય !

પૈસા ક્યા કામમાં, ક્યા પ્રકારે, કેટલા ખર્ચ કરવા જોઈએ, તે પૂરું જાણી લેવાથી, કોઈની બુદ્ધિમતાનું સ્તર પારખી શકાય છે અપવ્યય સૌથી મોટી મૂર્ખાઈ છે. પોતાની હેસિયત, સ્થિતિ, ગુંજાઈશ, આવક અને આવશ્યકતાનું ધ્યાન રાખ્યા વિના જે અનાવશ્યક ખર્ચ કરવામાં આવે છે, તે વ્યક્તિ અને પરિવારના વિકાસમાં સૌથી મોટો અવરોધ સિદ્ધ થાય છે. આજે ઉચિત અને આવશ્યક કાર્યો એટલાં વધી ગયાં છે, કે તેની પૂર્તિ મુશ્કેલ થઈ જાય છે. સ્વાસ્થ્ય, શિક્ષણ, ચિકિત્સા, વ્યવસાય વગેરે આવશ્યક કાર્યોને માટે ઢગલાબંધ પૈસા ખર્ચાય છે. અન્ન, વસ્ત્ર અને મકાનની જરૂરિયાત ઘણાં નાણાં માગી લે છે. જ્યાં સુધી કુરિવાજો જડમૂળથી દૂર ન થઈ જાય, ત્યાં સુધી લગ્ન, રીતરિવાજ, પર્વ, તહેવાર, વગેરે પાછળ પૈસા ખર્ચવા જ પડે છે. જો ખોટો ખર્ચ કરવાની આદત પડી ગઈ હોય અને પૈસાને કાગળના ટુકડા માની જ્યાં ત્યાં ઉડાવી દેવામાં આવે, તો સમય આવ્યે અનિવાર્ય આવશ્યકતાઓ માટે હાથ ખાલી રહેશે અને તેમાં ખેદપૂર્વક કાપ મૂકવો પડશે.

વ્યક્તિ એકલી નથી. તે અનેક કૌટુંબિક કર્તવ્યો અને જવાબદારીઓથી જોડાયેલી છે. વૃદ્ધ માતાપિતા અને નાનાં ભાઈ બહેનો ઉપરાંત ઘરમાં બીજા લોકો પણ હોય છે, જેઓ કમાનાર પાસેથી પોતાની જરૂરિયાતો પૂરી કરવા ઈચ્છે છે. સંયુક્ત પરિવાર પ્રણાલી સાથે જોડાયેલું આ એક પવિત્ર કર્તવ્ય છે કે અસમર્થ પરિજનોની જરૂરિયાતોની પૂર્તિ માટે યથાસમય, યથાસંભવ કંઈ ક્યાશ ન રાખવી. લગ્ન થતાં જ પત્ની અને સંતાનોના લાલન પાલનની જવાબદારી આવે છે. મોટાં થતાં સંતાનોનું શિક્ષણ, લગ્ન, તથા આજીવિકા માટેનાં સાધનો એકત્ર કરવાં પડે. આજકાલ વારંવાર બીમારીની સ્થિતિ કુટુંબને ઘેરી લે છે. ચિકિત્સામાં કંજૂસાઈ કરીને સાથીઓના જીવન સાથે રમત પણ ન કરી શકાય. કૌટુંબિક પ્રગતિનાં અનેક દ્વાર ખોલી શકાય છે અને પ્રિયજનોને સુયોગ્ય

અને સમર્થ બનાવવા માટે કેટલીયે મિલકત ઊભી કરવી પડે છે.

જો બિનજરૂરી ખર્ચ કરવાની ટેવ હોય, તો મોટા ભાગનું ધન ખોટા માર્ગે જ ઊડી જશે. પછી જરૂરી જરૂરિયાતોથી વંચિત જ રહેવું પડશે. આપણે સમજવું જોઈએ કે, આપણે ભલે કમાતા હોઈએ, પણ તે કમાણીમાં પરિવારના દરેક સભ્યની ભાગીદારી છે. ખર્ચ કરતી વખતે પરિવારની વર્તમાન અને ભાવિ જરૂરિયાતોનું ધ્યાન રાખીને એ માનવું પડશે કે, ખર્ચ કરવાની બાબતમાં આપણે સ્વતંત્ર નથી. ભાગીદારીની પૂંજનો ઉપયોગ, ભાગીદારોની ઈચ્છા, જરૂરિયાતોને ધ્યાનમાં રાખીને જ કરવો પડે છે. એક સદ્ગૃહસ્થે આ જ રીતે વિચારવું જોઈએ અને બિનજરૂરી ખર્ચમાં એક કોડી પણ ખર્ચ કરતાં પહેલાં હજારવાર વિચારવું જોઈએ.

આજકાલ ઘઠમાઠ અને ફેશનના નામે ખૂબ પૈસા વેડફાય છે. કીમતી પોશાક, ઘરેણાં, શણગારની સામગ્રી તથા સજાવટ પાછળ અઢળક પૈસા બરબાદ થાય છે. જો વિવેકથી કામ લેવામાં આવે તો તે દુરુપયોગને અટકાવી શકાય છે. મોજશોખ પાછળ જ આપણી કમાણીનો મોટો ભાગ હોમાઈ જાય છે. આજ સુખીસંપન્ન લોકોમાં એક નવા જ પ્રકારનું વ્યસન વધી રહ્યું છે અને તે છે પગંતબાજી, નશાખોરી, વેશ્યાગમન વગેરે. ફાલતુ લોકો સાથે મિત્રાચારી રાખવી એ દુર્ગતિની નિશાની છે. નવરા, આવારા અને મગજના ફરેલા લોકો એવી તપાસમાં રહે છે કે કોઈક હંયાફૂટો માલદાર 'દોસ્ત' મળી જાય. સમય પસાર કરવા અને વ્યસનોમાં ભાગીદાર શોધવા માટે તેઓ ચાલ ચાલે છે અને તેની ખુશામત કરીને દોસ્તી બાંધે છે અને પછી એની પીઠ પર સવાર થઈ જાય છે. નકામાં ગપ્પાં મારવા, પત્તાં રમવાં, ચાન્નાસ્તા કરવા કે સેરસપાટા મારવા એ જ એમનો ધંધો હોય છે. આવા લોકો જેને ભૂતપલિતની જેમ વળગ્યા હોય તેનો કીમતી સમય અને પરસેવાની કમાણી વેડફી નાખી તેને બરબાદ કરી નાખે છે. આવા નકામા દોસ્તોની દોસ્તીથી સેંકડો લોકો પતનની ખાઈમાં પડે છે.

કૌટુંબિક જવાબદારી ઉપરાંત સમાજનો ઉત્કર્ષ કરવો તથા

દુઃખી અને પીડિત લોકોને મદદ કરવી એ પણ મનુષ્યનું પરમપવિત્ર કર્તવ્ય છે. પોતાની આવકનો એક ભાગ પોતાની શ્રદ્ધા અને સગવડ પ્રમાણે નિયમિત રૂપે ખર્ચતા રહેવું જોઈએ. શરીરનિર્વાહ ઉપરાંત આપણા તથા કુટુંબીજનોના બૌદ્ધિક તથા ભાવનાત્મક વિકાસ માટે સ્વાધ્યાય તથા સત્સંગ કરવો જોઈએ. અનુભવ પ્રાપ્ત કરવા માટે આયોજનબદ્ધ યાત્રાઓ ઉપયોગી બને છે. મનોરંજન માટે પણ થોડો ખર્ચ કરવો જોઈએ. પરંતુ એ ત્યારે જ થઈ શકે કે જ્યારે કડકાઈથી ખોટા ખર્ચમાં કાપ મૂકવામાં આવે. દરેક માણસની આવક તો મર્યાદિત જ હોય છે. ખોટો ખર્ચ કરવા બેસીએ તો એનો કોઈ અંત જ ના આવે. જો વિવેકબુદ્ધિ વગર ખર્ચ કરવામાં આવે તો તેના લીધે જે ખાસ જરૂરિયાતો હોય તે પૂરી નહિ થઈ શકે. આમ બંને બાજુથી આપણું અહિત થશે. ખોટો ખર્ચ કરવાથી કુટેવો વધશે, દુર્વ્યસનોમાં ફસાઈ જઈશું, બેજવાબદારી વધશે અને કાયમ પૈસાની તંગી ભોગવવી પડશે. બીજી બાજુ પોતાના કુટુંબના વિકાસ માટે જરૂરી આવશ્યકતાઓ પૂરી નહિ થવાના કારણે આત્માને દુઃખ રહ્યા કરશે.

આપણે આપણી આવકનો એક ભાગ આપણી જવાબદારીઓ પૂરી કરવા માટે બચાવવો જોઈએ. ત્યાર પછી જે વધે તેનું બજેટ બનાવીને ખર્ચ કરવો જોઈએ. આપણા વ્યક્તિગત મોજશોખની પાછળ ઓછો ખર્ચ કરવો જોઈએ અને નક્કી કરેલી રકમ કરતાં વધારે ખર્ચ ન થઈ જાય તે માટે પૂરતી કડકાઈ રાખવી જોઈએ.

પૈસો ખૂબ મહેનતના અંતે જ પ્રાપ્ત થાય છે. તેથી પાઈએ પાઈનો સદુપયોગ થવો જોઈએ. ધન આપણી ભૌતિક અને આત્મિક પ્રગતિમાં ખૂબ મદદરૂપ બને છે. એનાથી આપણું તથા બીજાઓનું પણ હિત કરી શકાય છે, પણ એ ત્યારે જ થઈ શકે કે જ્યારે પૂરી સાવધાનીપૂર્વક ખર્ચ કરવામાં આવે. ઉપયોગી અને શ્રેષ્ઠ કાર્યો ત્યારે જ થઈ શકે કે જ્યારે બિનઉપયોગી ખર્ચ ઉપર કડકાઈથી નિયંત્રણ મૂકવામાં આવે. આવી વ્યવસ્થા જો આપણે કરી શકીએ તો જ આપણે સાચા અર્થમાં બુદ્ધિમાન કહેવાઈશું.

## ૪૬. ધન કમાવવાની સાથે સદુપયોગનું

### પણ ધ્યાન રાખો

આજીવિકા કમાવામાં જેટલી યોગ્યતા તથા મહેનતની જરૂર પડે છે તેના કરતાં તેનો યોગ્ય રીતે સદુપયોગ કરવામાં વધારે બુદ્ધિ તથા વિવેકની જરૂર પડે છે. કેટલાય લોકો કમાય છે તો ઘણું તેમ છતાં તેમને કાયમ તંગી અને મુશ્કેલીઓ અનુભવવી પડે છે. જ્યારે એમના કરતાં ઓછું કમાતા માણસો ઘણીવાર આનંદપ્રમોદ, સંતોષ તથા સુખસગવડભર્યું જીવન જીવે છે.

વધારે આવકવાળા માટે વધારે ખર્ચ કરવો તથા વધારે સાધનસામગ્રી ભેગી કરવી સરળ છે. એમ છતાં જો એનામાં વ્યવસ્થાબુદ્ધિનો અભાવ હશે તો સુખસગવડનાં એ સાધનો અસ્તવ્યસ્ત તથા બરબાદ થતાં રહેશે અને પૈસા ખર્ચ્યા હોવા છતાંય એમનો લાભ નહિ મળે. આનાથી ઊલટું, ઓછી આવકવાળા લોકો પોતાના એકેએક પૈસાનો વ્યવસ્થિત સદુપયોગ કરીને ટૂંકી આવકમાં પણ બધી જરૂરિયાતો પૂરી કરીને આનંદપૂર્વક જીવે છે. પૈસા કમાવા તે એક વાત છે અને વ્યવસ્થિત રીતે બુદ્ધિપૂર્વક તેનો ખર્ચ કરવો તે બીજી વાત છે. સાચું તો એ છે કે વ્યવસ્થિત રીતે બુદ્ધિમત્તા પૈસા કમાવામાં નહિ, પરંતુ તે યોગ્ય રીતે વાપરવામાં છે. બાપદાદા પાછળ ખૂબ પૈસો મૂકીને ગયા હોય અથવા તો કોઈ ખૂબ સારી આવકવાળો ધંધો હાથમાં આવી ગયો હોય, તો ઓછી બુદ્ધિવાળો માણસ પણ માલદાર બની શકે. નસીબજોગે દાટેલું ધન મળી આવવું, સકો, લોટરી યા તો તેજમંદી ગમે તેને અમીર બનાવી શકે છે અથવા તો કોઈ બેઈમાની કે છળકપટથી પણ માલદાર બની શકે છે. એમાં બુદ્ધિ નહિ, પરંતુ અવસર યા તક મહત્ત્વનાં છે. ખૂબ બુદ્ધિશાળી લોકો પણ સુયોગ્ય હોવા છતાં પરિસ્થિતિવશ ગરીબીમાં જીવન જીવતા જોવા મળે છે, જ્યારે કેટલીક વાર બેવકૂફ લોકોને સારો મોકો મળી જતાં તે માલદાર પણ બની જાય છે.

દીર્ઘદૃષ્ટિની એક બીજી કસોટી એ પણ છે કે માણસ પોતાની કમાણી કેવી રીતે ખર્ચે છે. જો હાથ છૂટો હોય અને મન અસ્તવ્યસ્ત હોય તો બિનજરૂરી વસ્તુઓને જરૂરી માનીને ખરીદતા રહેવાની ટેવ પડી જાય છે. પછી ભલે તે આમતેમ વેડકાઈ જાય. આવી કુટેવ સારી આવકવાળાને પણ ગરીબ બનાવી દે છે. જે કમાણે એમાંથી પૂરું પણ નહિ થાય અથવા તો ઊછીના પૈસા લાવીને કામ ચલાવવું પડશે. છેવટે બેઈમાનીથી પૈસા કમાવાની ફરજ પડશે. આ બંને માર્ગ એવા છે, જેનાથી માણસનું સન્માન ઘટી જાય છે તથા તેને સતત ચિંતિત રહેવું પડે છે તથા અસંતોષ અને બેચેનીથી આગમાં બળ્યા કરવું પડે છે. જો ખર્ચ પર નિયંત્રણ રાખવાની બુદ્ધિમતાનો વિકાસ કરવામાં આવે અને દરેક પૈસો યોગ્ય, જરૂરી તથા હિતકારી કામમાં વાપરવાનો નિશ્ચય કરવામાં આવે તો પૈસાની તંગીની ચિંતામાંથી સહેલાઈથી બચી શકાય છે અને ઓછી આવકમાં પણ સુખશાંતિથી જીવી શકાય છે.

કયો ખર્ચ જરૂરી અને કયો બિનજરૂરી છે તેની જાડી બુદ્ધિવાળાને ખબર નથી પડતી. એ માટે ઝીણવટથી વિચાર કરવો પડે છે કે જીવન જીવવા માટે તથા વિકાસ કરવા માટે સૌથી પહેલાં કઈ વસ્તુની જરૂર છે. એમાંથી કેટલીક બાબતો એવી હોય છે કે તેમની તરફ ધ્યાન જતું નથી. એ પૂરી કરવા માટે આપણા બજેટમાં જોગવાઈ હોવી જોઈએ, પરંતુ કેટલાંય એવાં કામ છે, જેની પાછળ કામચલાવી ટેવ પ્રમાણે ખોટો ખર્ચ થતો રહે છે. ખરેખર એમની કોઈ જરૂર હોતી નથી કે એનાથી કોઈ લાભ પણ થતો નથી. શરૂઆતમાં એમને છોડતાં જરાક ખટકશે, પણ જો એ ખોટો ખર્ચ બંધ કરી દેવામાં આવશે તો થોડાક સમયમાં જ અનુભવ થશે કે એમના વગર કોઈ તકલીફ પડતી નથી તથા પૈસાની સારી એવી બચત પણ થાય છે.

પોતાની આવકમાંથી આડા વખતે કામ લાગે એટલા માટે થોડીક બચત કરતા રહેવું જરૂરી છે. જે ખર્ચ કરવાનો હોય એનું બજેટ બનાવવામાં પત્ની તથા સમજદાર પરિજનની સલાહ લેવી જોઈએ.

બજેટ બનાવ્યા પ્રમાણે જ ખર્ચ કરવો જોઈએ. કોઈ ખાસ કારણ વગર એમાં ફેરફાર ના કરવો જોઈએ. સારું તો એ છે કે પુરુષે બધી જ આવક પત્ની યા માતાને સોંપી દેવી જોઈએ. એ બાબતમાં સ્ત્રીઓ બહુ સમજદાર અને કરકસર કરનારી હોય છે. જો એમના હાથમાં પૈસા રહે અને તેઓ જ ખર્ચ કરે તો આર્થિક તંગી કદી નહિ પડે. દરેક જણે આવકખર્ચનો હિસાબ લખવો જોઈએ કે જેથી શેની પાછળ કેટલો ખર્ચ થાય છે તેની ખબર પડે. એની મદદથી એ વિચારી શકાય છે કે ક્યાંક બિનજરૂરી વસ્તુઓ પાછળ ખોટો ખર્ચ તો થતો નથીને અથવા જરૂરી કામોની ઉપેક્ષા તો નથી થતી ? જો એ ખબર પડે તો જ ભૂલ સુધારી શકાય.

પોતાનાં બજેટ પર વારંવાર નજર રાખવી જોઈએ અને યોગ્ય અયોગ્ય ખર્ચનો નિર્ણય કુટુંબના સભ્યોને પાસે બેસાડીને તેમની સલાહથી કરવો જોઈએ. એવું જોવા મળે છે કે ખિસ્સાખર્ચ, ફેશન, વ્યસન, ઇઠમાઠ, નકામા મિત્રોની સરભરા, સામાજિક કુરિવાજો વગેરેમાં બહુ પૈસા ખર્ચાય છે. જો કડકાઈથી એવો ખોટો ખર્ચ બંધ કરી દેવામાં આવે તો ખાસ્સી બચત થઈ શકે છે અને સ્વાસ્થ્ય, સ્વાધ્યાય, સત્કાર્યો, દવાદારૂ, મનોરંજન, સંગીત, સ્વચ્છતા વગેરે માટે જરૂરી સાધનસામગ્રી ખરીદી શકાય છે.

ખિસ્સામાં પૈસા લઈને ફરવું તે ખૂબ ખોટી ટેવ છે. એના કારણે ઘણી વાર બહુ ઉપયોગી ના હોય એવી વસ્તુઓ ખરીદવાનું મન થઈ જાય છે. મોંઘાં કપડાં, મોંઘું ફર્નિચર, કીમતી સાજશણગારના બદલે સસ્તી અને મજબૂત વસ્તુઓ ખરીદવી જોઈએ, ભલે પછી તે દેખાવમાં ઓછી સુંદર લાગે. ઉધાર ખરીદવાની ટેવ ખૂબ ખરાબ છે. એનાથી વસ્તુ મોંઘી મળે છે અને જરૂર કરતાં વધારે ખરીદાઈ જાય છે. એક એવો સામાન્ય નિયમ રાખવો જોઈએ કે પોતાની હેસિયત હોય એટલો જ ખર્ચ કરવો જોઈએ. ભલે પછી ધી, દૂધ જેવી વસ્તુઓ વગર ચલાવી લેવું પડે.

જો જૂની વસ્તુઓ રિપેર કરવામાં આવે તો તે ઘણો વખત ચાલે છે. જો પોતાના હાથે કામ કરવાનું ગમતું હોય તો હજામત



બનાવવાથી માંડીને કપડાં ધોવાં, ઘરની સફાઈ કરવી, ઘોળવું, પુસ્તકોનું બાઈન્ડિંગ કરવું વગેરે કામ કરવાથી મનોરંજન મળે છે અને પૈસા પણ બચે છે. થોડોક વ્યાયામ પણ થઈ જાય છે. તૂટેલી વસ્તુઓ રિપેર કરવી, કપડાં સીવવાં, વાડામાં ક્યારા કરી શાકભાજી ઉગાડવાં, ઘંટીએ લોટ દળવો, ચરખો ચલાવવો તથા સાબુ બનાવવા જેવાં કાર્યો કરવાથી નવરાશના સમયનો રચનાત્મક કાર્યોમાં ઉપયોગ થાય છે, સારી ટેવો પડે છે, પૈસા બચે છે, આપણી સર્જનાત્મક શક્તિનો વિકાસ થાય છે તથા યોગ્યતા પણ વધે છે. જો સુધારણા અને સર્જનનો દષ્ટિકોણ શુદ્ધ થઈને આપણી ટેવના રૂપમાં બદલાઈ જાય તો આપણી ઉન્નતિના અવરોધાયેલા અનેક માર્ગ સ્વાભાવિક રીતે ખૂલી જાય છે અને નાનો માણસ પણ મહાન બની શકે છે.

આપણે કોઈની નકલ ના કરવી જોઈએ. એના બદલે આપણી વ્યવસ્થા તથા યોજના સ્વતંત્ર બુદ્ધિથી કરવી જોઈએ. અમીરોને ત્યાં જે રીતે ખર્ચ થાય છે અને જે સાધનો ખરીદવામાં આવે છે એવું જો આપણે પણ કરવા જઈએ તો આપણી મર્યાદિત આવકમાં કેવી રીતે કામ ચાલે ? મોંઘી ચીજો અનેક હોય છે. જો મોંઘાં કપડાં, ઘરેણાં વગેરે ખરીદવામાં હાથ છૂટો રાખીએ તો કુબેરનો ભંડાર પણ ખાલી થઈ જાય અને આર્થિક તંગી અનુભવવી પડે.

વધારે કમાણી કરવા માટે યોગ્યતા વધારવી જોઈએ. કઠોર શ્રમ કરવો જોઈએ. તથા સ્વભાવને મિલનસાર બનાવવો જોઈએ. ક્ષમતા વધવાથી વધારે કમાવાના નવા માર્ગ ખૂલે છે. જોકે દરેક પરિસ્થિતિમાં ખર્ચ પર નિયંત્રણ મૂકવું તો જરૂરી છે જ. પોતાની પહોંચની બહાર જે હોય તે બધાને બિનજરૂરી માનવું જોઈએ. બધી જ કમાણી શરીરનિર્વાહ માટે જ ના વાપરી નાખવી જોઈએ અથવા છોકરા માટે પણ ભેગું કરતા રહેવું ન જોઈએ, પરંતુ જ્ઞાન, અનુભવ તથા લોકકલ્યાણ માટે પણ એક અંશ વાપરતા રહેવું જોઈએ. બધું જ શરીરની સગવડો વધારવામાં ખર્ચાઈ જાય તો આત્મિક પ્રગતિનો માર્ગ અવરોધાઈ જાય છે. પૈસાની વ્યવસ્થા કરતી વખતે આ ભૂલ ન થઈ જાય તેનું અવશ્ય ધ્યાન રાખવું જોઈએ.

## ૪૭. અપવ્યય અને ફેશન પરસ્તી - એક ખામી

અમીરીને ઇજ્જત મેળવવાનું માધ્યમ માનવામાં આવે છે. દરેક માણસને ઇજ્જત મેળવવાની ઇચ્છા હોય છે કે જેથી બીજા લોકો એને મોટો માણસ માને અને એને સન્માન આપે. અમીરી સીધી રીતે મળતી નથી. એના માટે આગ્રવણા રસ્તા અપનાવવા પડે છે. દરેક સમાજ અને દેશની અર્થવ્યવસ્થાનું એક સ્તર હોય છે. ઉત્પાદન, શ્રમ અને ક્ષમતાના આધારે દોલત વધે છે. જો એ ત્રણેય ના હોય તો સામાન્ય લોકોને ગુજરાન ચલાવવા જેટલું જ મળી રહે છે. આજે આપણા દેશની સ્થિતિ એવી છે કે જો એટલું મળી રહે તો પણ પૂરતું છે. બધા દેશવાસીઓની પરિસ્થિતિ જોઈને કામચલાઉ આજીવિકાથી સંતોષ માનવો જોઈએ અને બીજાની ઈર્ષ્યા ન કરવી જોઈએ. જો અમીરીની લાલચ રાખીશું તો ઇમાનદારીનો સીધો માર્ગ છોડીને ખોટા માર્ગે આગળ વધવાની ઇચ્છા થશે. પાછલા દિવસોમાં અનૈતિક માર્ગ અપનાવીને પૈસા ભેગા કરનારને આભરૂવાળો મોટો માણસ માનવામાં આવતો હતો. પરંતુ આજે એવું રહ્યું નથી. હવે લોકો સમજદાર બની ગયા છે. હવે બેનંબરની દોલતવાળાને લોકો તિરસ્કારની નજરે જુએ છે. લોકો સમજે છે કે એતો બેઈમાની કરીને જ પૈસો ભેગો કર્યો છે. જો તે સીધા માર્ગે કમાતો હોય તો એણે સરેરાશ ભારતીય નાગરિક જેવું જીવન જીવવું જોઈએ અને વધેલા પૈસા લોકલ્યાણ માટે વાપરવા જોઈએ. જો એમ ન કરવામાં આવે અને વધારાની આવકનો ઉપયોગ એશઆરામ, મોજશોખ તથા મોટાઈના અહંકારી પ્રદર્શન માટે થતો હોય અથવા પુત્ર કે પૌત્રો માટે પૈસા ભેગા કરવામાં આવતા હોય તો વિચારશીલ લોકોની દૃષ્ટિએ તે અનિચ્છનીય છે. આજે અમીરી બેઈજ્જતીની નિશાની બની રહી છે અને હવે એ દિવસો દૂર નથી કે જ્યારે અમીરોને ધૃણાપાત્ર, અનૈતિક તથા નિષ્કુર માનવામાં આવશે. મને શંકા છે કે અમીરી હવે કદાચ ૫૦ વર્ષ સુધી જીવતી રહી શકે નહિ. વિવેકશીલતા

એને છોડવાની ફરજ પાડશે, નહિ તો કાયદો અથવા વિદ્રોહ એનો અંત આણી દેશે.

સાચી રીતે તો કોઈક વીરલા જ અમીરી એકત્ર કરી શકે છે. પરંતુ એની નકલ કરનારા મૂર્ખ લોકો સર્વત્ર જોવા મળશે, કારણ કે એવા લોકો અમીરીને ઈજ્જતનું પ્રતીક માને છે, તેથી ઈજ્જત મેળવવા પૈસા ભેગા કરવા જોઈએ અને જો તે ન મળે તો એવો ઢોંગ પણ કરવો જોઈએ કે જેથી બીજા લોકો પોતાને મોટો માને. આવો અણસમજી વર્ગ આવી ખોટી નકલ કરવામાં પોતાને જ બરબાદ કરી રહ્યો છે અને આર્થિક મુશ્કેલીમાં વધારે ફસાતો જાય છે. કપડાં, ઘરેણાં, ફર્નિચર, સાજસજાવટ વગેરેનું પ્રદર્શન કરવામાં એટલો બધો ખર્ચ કરે છે કે એમની કમર તૂટી જાય છે. મિત્રોની આગળ પોતાની અમીરી બતાવવા માટે પાન, સિગારેટ, સિનેમા, હોટલ વગેરેનો ખોટો ખર્ચ કરે છે કે જેથી મિત્રો પર રોક પાડી શકાય અને પોતાની ઈજ્જત વધે. આ કેવી મૂર્ખાઈ છે ! કોઈ સમજદાર માણસ તો એમની મૂર્ખાઈ પર હસ્યા વગર રહી શકતો નથી, પરંતુ એમ છતાંય આવા અનેક મૂર્ખાઓ એવા ખોટા વહેમમાં રહે છે, ખોટાં વ્યસનો તથા ફેશનમાં પૈસા વેડકે છે અને આર્થિક રીતે કમજોર બનતા જાય છે.

ઓછી આવકવાળા લોકો જ્યારે પોતાની પત્નીઓની પેટીઓ કીમતી સાડીઓથી ભરે છે અને ઘરેણાં પાછળ ધન વેડકે છે ત્યારે એની પાછળ પણ એમનું આ છીછરાપણું જ કામ કરતું હોય છે કે અમારી સુસજ્જ સ્ત્રીઓને જોઈને બીજા લોકો અમને અમીર માનશે. પુરુષો સાડી કે ઘરેણાં નથી પહેરતા, પરંતુ મોંઘાં સૂટ, બૂટ, ઘડિયાળ વગેરે પહેરે છે કે જેથી મિત્રો આગળ બગઈ મારી શકાય. લગ્ન જેવા પ્રસંગોએ તો છીછરાપણું છેલ્લી હદે પહોંચી જાય છે. સ્ત્રીઓ સિનેમાની અભિનેત્રીઓ જેવાં કપડાં પહેરે છે તથા સાજસજાગાર કરે છે. ખાસ કરીને જાનૈયાઓ તો એવા ઠઠમાઠ કરે છે, જાણે કે તેઓ મિલમાલિક, મોટા જાગીરદાર, ઓફિસર કે શેઠશાહુકાર ન હોય ! લોકોને જ્યારે ખબર પડે છે કે એમની

આવક સામાન્ય છે, છતાં આવો ઢોંગ કર્યો છે, તેથી કાં તો તેણે દેવું કર્યું હશે અથવા બેઠમાનીથી કમાતો હશે. આ બંને બાબતો માણસનાં સન્માનને ઘટાડનારી છે. લોકો વિચારે છે એવું કે ઠઠમાઠ કરવાથી ઈજ્જત વધશે, પણ વાસ્તવમાં થાય છે એનાથી બિલકુલ ઊંધું. એવા લોકોને હલકા અને અવિશ્વસ્ત માનવામાં આવે છે. ઠઠમાઠવાળા 'બાબુ' ને ખાનગી નોકરીમાં કોઈ રાખતું નથી કારણ કે માલિક એવું વિચારે છે કે એનો પગાર તો એના ઠઠમાઠ ને મોજશોખમાં જ વપરાઈ જાય. તેથી એનાં છોકરાંને ખવડાવવા માટે એ મારે ત્યાંથી જ ચોરી કરવાનો પ્રયત્ન કરશે અથવા ધાપ મારશે. આવું જ સ્ત્રીઓની બાબતમાં પણ બને છે. એમની બે પ્રકારની છાપ પડે છે કાં તો એમના ઘરમાં બેઠમાનીનો પૈસો આવે છે અથવા એમનું ચારિત્ર્ય તથા સ્વભાવ હલકાં છે. આ બંને લાંછન કોઈ કુલીન મહિલાની ઈજ્જત વધારતાં નથી, ઘટાડે છે.

ઘરમાં કે મોટા કુટુંબમાં સાજસજ્જાની આ પ્રવૃત્તિ મનોમાલિન્ય પેદા કરે છે. જો કોઈ ખોટો ખર્ચ કરે તો બીજાં બધાંને ખોટું લાગે છે. જે પૈસા કુટુંબના શિક્ષણ, દવાદારૂ, ધંધારોજગાર, આનંદપ્રમોદ, પૌષ્ટિક આહાર વગેરે પાછળ ખર્ચી શકાય, તેને જો ફેશન પાછળ વાપરવામાં આવે તો તે કુટુંબના બીજા સભ્યોની સગવડોનું અપહરણ કરવા બરાબર છે. ઠઠમાઠની કોઈ ખાલી ખાલી પ્રશંસા કરે એવું બની શકે, પરંતુ વાસ્તવમાં તો સાથીઓમાં ઈર્ષ્યા અને ઘૃણા જ પેદા થાય છે. આમ ઈજ્જત ઘટે જ છે, વધતી નથી. જો ખોટા ખર્ચા કરવામાં આવે તો તે પૂરા કરવા અનીતિનો માર્ગ જ અપનાવવો પડે છે. માણસ દેવાદાર અને તિરસ્કૃત બને છે. કદાચ જો સાચા માર્ગે પૈસા કમાયા હોઈએ તો પણ આપણે સાદાઈથી જીવાય એટલો ઓછામાં ઓછો જ ખર્ચ કરવો જોઈએ. જે પૈસા વધે તેનો લોકકલ્યાણનાં કાર્યોમાં સદુપયોગ કરવો જોઈએ.

સારું તો એ છે કે આપણે સમજપૂર્વક સાદું જીવન જીવીએ

તથા જીવનમાં સજ્જનતા અપનાવીને ખોટો ખર્ચો બંધ કરી દઈએ. જે પૈસા બચે તેને પોતાની, પોતાના કુટુંબની તથા સમાજની સાચી જરૂરિયાતો પૂરી કરવામાં વાપરીએ. સાદગી સજ્જનતાનું ચિહ્ન છે. જેની વેશભૂષા સાદી હોય એની પર લોકો વધારે વિશ્વાસ મૂકે છે અને તેને પ્રામાણિક માને છે. જે જેટલી ઉદ્વતાઈનું પ્રદર્શન કરે છે તેને સમજદાર લોકો એટલો જ વધારે હલકો માને છે અને એની એટલી જ આબરૂ ઘટે છે, તેથી યોગ્ય તો એ છે કે આપણે આપણાં વસ્ત્રો સાદાં રાખીએ અને સજ્જનો જેવાં સાદાં જ સીવણવાળીએ, ઘરેણાં ના પહેરીએ, નખ તથા હોઠ ન રંગીએ, બહુ પટિયાં પાડીને વાળ ના ઓળીએ, કારણ કે સ્ત્રીપુરુષ વચ્ચે આ બધાં કારણોના લીધે જ માનસિક વ્યભિચાર વધે છે.

સાદગીથી સજ્જનતા તથા શાલીનતા વધે છે. એનાથી ગંભીરતા, પ્રામાણિકતા, વિવેકશીલતા તથા બૌદ્ધિક પરિપક્વતા આવે છે. સાદગી બીજાઓને આકર્ષવાની કે પ્રભાવિત કરવાની ચાલબાજી કરતી નથી, પરંતુ પોતાની વાસ્તવિકતાને જ છતી કરે છે. આ જ ઈમાનદારી અને સચ્ચાઈનો માર્ગ છે. તે આવક વધારવાનો પણ એક માર્ગ છે. ખોટો ખર્ચ ન કરવો એનો અર્થ છે આવક વધવી. હવે આ બાળકબુદ્ધિ છોડવાનો સમય આવી ગયો છે. આપણે પ્રૌઢતા અપનાવવી જોઈએ. આપણો દેશ ગરીબ છે. દરેકને સામાન્ય સજાવટ તથા ઓછા ખર્ચમાં જીવન જીવવું પડે છે. આપણે આપણા કરોડો ભાઈબહેનો જેવું સાદું જીવન જીવવું જોઈએ તથા આપણી રહેણીકરણી એમના જેવી સાદી રાખવી જોઈએ. એમ કરવાથી જ સાચી ઈજ્જત પ્રાપ્ત થશે. ફેશન તથા અપવ્યયનો માર્ગ અપનાવવાથી આર્થિક તંગી જ ભોગવવી પડે છે.

સ્વચ્છતાની સાથે જોડાયેલી સાદગી જ શ્રેષ્ઠ ફેશન છે. એમાં ગરીબી નહિ, પરંતુ મહાનતાનાં દર્શન થાય છે. સાદી વેશભૂષાવાળો માણસ પોતાની સ્વતંત્ર પ્રતિભા વ્યક્ત કરે છે. ઘેટાંની જેમ બીજાઓનું આંધળું અનુકરણ કરવાના બદલે જે વિવેકનો માર્ગ અપનાવે છે તે જ બહાદુર અને બુદ્ધિશાળી છે. સાદગી આપણને ખોટા ખર્ચામાંથી

બચાવીને આર્થિક રીતે સઘ્ધર બનાવે છે, એટલું જ નહિ, પણ ચારિત્રિક દેહતાનો પણ પરિચય આપે છે. અકારણ પેદા થતી ઈર્ષ્યા અને લાંછનોમાંથી બચવાનો આ જ સહેલો રસ્તો છે.

## ૪૮. ઘરેણાંની ભૂંડી ફેશન - દરેક દૃષ્ટિએ હાનિકારક

એક સમય એવો હતો કે જ્યારે ધનને સુરક્ષિત રાખવાનો કોઈ યોગ્ય માર્ગ ન હતો એ જમાનામાં બેંકો નહોતી કે સહકારી સંસ્થાઓ, શેરબજાર, વ્યાજ, ઉઘોગો વગેરેનું પણ નામનિશાન નહોતું કે જે ધનને સાચવે તથા એમાં વધારો કરી આપે. તેથી એ જમાનામાં લોકો પોતાની બચતના પૈસા સોનાચાંદી જેવી કીમતી ધાતુઓમાં રોકતા હતા તથા એને ખૂબ ગુપ્ત રીતે જમીનમાં દાટી દેતા હતા અથવા તો પછી તેનાં ઘરેણાં બનાવીને શરીર પર પહેરી રાખતા હતા. ચોરડાકુઓથી બચવા માટે જમીનમાં કે માટીની દીવાલમાં સંતાડી દેવાનું જરૂરી હતું, પરંતુ ધીરે ધીરે ઠગ કે ડાકુઓનો જમાનો ઓછો થતો ગયો તેમ ઘરેણાં બનાવડાવવાં યોગ્ય લાગ્યાં કારણ કે એમાં સંપન્નતા પ્રદર્શિત કરીને ગૌરવ મેળવવાની તક મળતી હતી. એ પછત જમાનામાં એમ માનવામાં આવતું હતું કે ઘરેણાંથી સૌંદર્ય વધે છે તથા બીજાઓ ઉપર પોતાની અમીરીનો રોક પણ છાંટી શકાય છે. એ દૃષ્ટિએ માત્ર સ્ત્રીઓ જ નહિ, પરંતુ પુરુષો પણ હાથ, પગ, નાક, કાન, ગળું વગેરે અંગો પર ઘરેણાં ધારણ કરતા હતા. એ જમાનામાં એમ કરવું કદાચ યોગ્ય અને જરૂરી હશે.

આજે પરિસ્થિતિઓમાં જમીન આસમાન જેટલો ફરક પડી ગયો છે. આજે પૈસાને ઘરેણાંના રૂપમાં રોકવાનું કોઈપણ રીતે જરૂરી કે યોગ્ય નથી બચેલા ધનનું રોકાણ કરીને વ્યાજ મેળવવાના આજે અનેક માર્ગ છે, જેનાથી થોડાક સમયમાં જ પૈસા દોઢા કે બમણા થઈ જાય છે તથા ચોરડાકુઓનો કોઈ ભય પણ રહેતો નથી. જૂના જમાનામાં ઘરેણાં સીધાસાદા ઘાટનાં ઘડવામાં આવતાં હતાં. તેથી તે લાંબો સમય ચાલતાં અને એમાં ભેળસેળ

ધવાની શક્યતા ઓછી રહેતી. આથી જ્યારે તે વેચવાં પડે ત્યારે એના લગભગ પૂરા પૈસા મળતા હતા. આજે જમાનો બદલાતાં અનેક પ્રકારની ફેશન અને નવી નવી ડિઝાઇનો આવતી જાય છે તથા એમની ઘડાઈ પણ ખૂબ મોંઘી થઈ ગઈ છે. એમ છતાં ઘડવીને બીજા જ દિવસે જો વેચવામાં આવે તો તેની લગભગ અડધી જ કિંમત ઊપજે છે. નાજુક ઘાટનાં એ ઘરેણાં ઘસાય છે વઘારે તથા તેમની તૂટફૂટ પણ વઘારે થાય છે. આથી એમાં ખર્ચ પણ ખૂબ જ થાય છે. તથા આપણા ઘણા પૈસા સોનીઓના હાથમાં જતા રહે છે.

પૈસા જો બેંકમાં કે અન્ય રીતે રોકવામાં આવે તો પાંચ-છ વર્ષે બમણા થઈ જાય છે. એના બદલે ઘરેણાં બનાવવામાં આવે તો મૂળ કિંમત પણ પાછી મળતી નથી. આમ આર્થિક રીતે ઘરેણાં બનાવવામાં ઘણું નુકસાન છે. રાષ્ટ્રીય દૃષ્ટિએ તો ઘરેણાં બનાવડાવવાં અને પહેરવાં તેને શાપરૂપ માનવું જોઈએ. બચતબેંકોમાં જમા થયેલ મૂડીથી અનેક ઉદ્યોગો, ધંધા, વિકાસનાં કામો વગેરે થઈ શકે છે અને એનાથી દેશનું ઉત્પાદન વધે છે તથા અનેક લોકોને ધંધા-રોજગાર મળે છે. જો એ જ પૈસાનાં ઘરેણાં બનાવડાવવામાં આવે તો તે ધન જડ થઈ જાય છે તથા થોડાક જ સોનીઓને ફાયદો થાય છે કે જેમનો ધંધો ખરેખર બિનઉપયોગી છે. સોનુંચાંદી આજે આંતરરાષ્ટ્રીય બજારમાં શાખ ગણાય છે. બીજા દેશો પાસેથી જે ચીજવસ્તુઓ ખરીદવામાં આવે છે તેની કિંમત સોનાચાંદીના રૂપમાં ચૂકવવામાં આવે છે. કોઈ દેશ પાસે જો આ ધાતુઓ ઓછી હોય તો તે પોતાને ત્યાં છાપવામાં આવતી નોટોની મદદથી બીજા દેશોમાંથી કાંઈ મંગાવી શકે નહિ. તેથી સરકારોએ પોતાના દેશનું સોનું ચાંદી આંતરરાષ્ટ્રીય શાખ માટે જમા રાખવું પડે છે. જો આ દુર્લભ અને કીમતી ધાતુઓ લોકોનાં શરીર પર ઘરેણાંના રૂપમાં લદાયેલી રહે તો સરકાર પાસે જમા રાખવા તથા શાખ વઘારવા પૂરતું સોનું નહિ રહે અને તે જરૂરી આયાત પણ કરી શકે નહિ. એનાથી રાષ્ટ્રીય ઉત્પાદન તથા

ધંધા-રોજગારમાં મુશ્કેલી ઊભી થશે. આમ, ઘરેણાં પહેરવાની પ્રથાથી દેશની અર્થવ્યવસ્થા પર પ્રતિકૂળ અસર પડે છે.

સ્વાસ્થ્યની દૈષ્ટિએ ઘરેણાં હાનિકારક જ છે. તે શરીરના જે અંગ પર પહેરવામાં આવશે તેની સ્વચ્છતામાં ગરબડ ઊભી કરશે. એ ભાગનાં રૂંવાં દબાઈ રહેવાના કારણે પરસેવો સારી રીતે નીકળી શકશે નહિ. ચામડી કઠણ થઈ જશે અને બીમારીઓ વધશે. આંગળી પર વીંટી પહેરી રાખવાથી તેની નીચે રોગનાં જંતુઓ અડો જમાવે છે. નાકકાન જેવાં કોમળ અંગોને વીંધીને ઘરેણાં પહેરવાથી પ્રકૃતિએ આપેલું અસલી સૌંદર્ય નષ્ટ થઈ જાય છે. નાકમાં પહેરવામાં આવતાં ઘરેણાંમાં મેલ જમા થાય છે. નાકમાંથી નીકળતું પાણી અંદર જામે છે તથા સુકાય છે. તેની દુર્ગંધ શ્વાસની સાથે સતત મસ્તકમાં જતી રહે છે એના કારણે મગજ દુર્બળ બને છે. જે સ્ત્રીઓ નાકમાં નથણી, વાળીઓ વગેરે પહેરે છે તેમને મોટે ભાગે શરદી, માથાનો દુખાવો વગેરેની ફરિયાદ રહે છે. કાન વીંધીને એમાં વિચિત્ર ઘરેણાં લટકાવવાં તે આદિકાળની જંગલી ટેવોની યાદ તાજી કરાવે છે. શરીર પર છૂંદણાં છૂંદાવવાં, નાકકાનમાં ઘરેણાં પહેરવાં તે એક જમાનામાં સૌંદર્યનાં સાધન ગણાતાં હશે, પરંતુ આજે વીસમી સદીના અંતમાં, જ્યારે દેશ એકવીસમી સદી તરફ ઝડપથી આગળ વધી રહ્યો છે ત્યારે આ ગંદી કેશનોનું સમર્થન કોઈ સત્ય અને સંસ્કારી વ્યક્તિ નહિ કરે.

અમીરી બતાવવા માટે જ ઘરેણાં પહેરવાં તેને પણ આજે શાલીનતાનું ચિહ્ન માનવામાં આવતું નથી. આર્થિક વિષમતાની સામે આજે રોષ વધતો જાય છે તથા એમને અપ્રતિષ્ઠિત તથા અપ્રામાણિક માનવામાં આવે છે. આવા વાતાવરણમાં હવે અમીરો પણ પોતાની અમીરી છુપાવે છે કે જેથી લોકનિંદાથી બચી શકાય. આવા જમાનામાં ઘરેણાં પહેરીને પોતાની શ્રીમંતાઈનું પ્રદર્શન કરવું તે પોતાને કાળાબજારિયો, ચોર, મૂડીવાદી, અપ્રામાણિક તથા શોષક ગણાવીને લોકોના તિરસ્કારને આમંત્રણ આપવા બરાબર છે. ધરકંકાસનું એક કારણ ઘરેણાં પણ છે. કોઈને ઓછાં કે વધારે



ધરેણાં મળવાથી સજ્જનોમાં પણ ઈર્ષ્યા અને દ્વેષની ભાવના પેદા થાય છે. શોષીન સ્ત્રીઓ બીજી અગત્યની વસ્તુઓ ખરીદવાની બાજુ પર રાખીને પણ પોતાના પતિને ધરેણાં માટે આગ્રહ કરે છે. એના પરિણામે આર્થિક પરિસ્થિતિ કથળે છે તથા મનની મલિનતા વધે છે. ચોર લોકો ચોરી જાય એની સતત બીક રહે એ તો પાછું નફામાં. ગઠિયા કે ઉઘવગીરો ધરેણાં પડવી લેવા માટે બાળકો તથા સ્ત્રીઓને ફોસલાવે છે તથા તક જોઈને તેમને લૂંટી લે છે. આવા બનાવો લગભગ રોજ બનતા રહે છે. આવી પરિસ્થિતિમાં ફક્ત અણસમજુ લોકો જ ધરેણાંની જરૂરિયાત કે ઉપયોગિતા માને છે.

લગ્નોમાં દહેજની માંગણીને પ્રોત્સાહન આપવાનું એક મોટું કારણ છોકરીવાળાઓ પ્રત્યક્ષ યા પરોક્ષ રૂપે કીમતી ધરેણાં છોકરીને આપવાની માંગણી કરે છે તે પણ છે. તેથી સારું તો એ છે કે આપણે આ ખરાબ આકર્ષણથી દૂર રહીએ અને નૈતિક, સામાજિક, શારીરિક તથા આર્થિક ક્ષેત્રમાં પેદા થતી બૂરાઈઓથી બચીએ.

## ૪૯. માંસ - માનવતાનો ત્યાગ કરીને

### જ ખાઈ શકાય

વિશ્વવિખ્યાત દાર્શનિક જ્યોર્જ બર્નાડ શોને એકવાર ડ્રેક્ટરે સલાહ આપી કે તમે માંસ ખાઓ, નહિ તો જલદી મરી જશો. શોએ જવાબ આપ્યો કે “જો બીજાને મારીને એનું માંસ ખાધા વગર હું જીવતો ના રહી શકું તો હું મરી જાઉં એ જ ઉત્તમ છે.” તેઓ કહ્યા કરતા હતા કે “પોતાનાં કુટુંબીઓને મારીને ખાઈ જવાં અને પશુપક્ષીઓનું માંસ ખાવું એ બંને સરખા જ અપરાધ છે.”

પ્રાણીઓ ખરેખર તો મનુષ્યનાં નાનાં ભાઈબહેનો જેવાં જ છે. બધામાં એક જ આત્મા રહેલો છે. બધાં જ ઈશ્વરનાં સંતાનો છે. ‘પોતે શાંતિપૂર્વક જીવવું અને બીજાને જીવવા દેવા’ આ સિદ્ધાંતને હલકી કક્ષાનાં જીવજંતુ ભલે ના માને, પણ મનુષ્યે એ

સમજવું જોઈએ તથા માનવું જોઈએ. મનુષ્યની સૌથી મોટી વિશેષતા એનામાં રહેલા દયા, કરુણા, સહૃદયતા તથા સ્નેહભાવના વગેરે સદ્ભાવો જ છે. તેથી જ તે ઈશ્વરનો મોટો પુત્ર તથા સૃષ્ટિનું સૌથી શ્રેષ્ઠ પ્રાણી બન્યો છે. મનુષ્યની મહત્તા અને મહાનતા એની બુદ્ધિમત્તામાં નહિ, પરંતુ એની સહૃદયતામાં રહેલી છે. જો તે એને પણ ગુમાવી દે તો સમજવું જોઈએ કે માનવતાના સર્વશ્રેષ્ઠ આદર્શને જ તિલાંજલિ આપી દીધી.

કરુણાની ભાવના અતૂટ છે. એને મનુષ્ય અને પશુઓની વચ્ચે વહેંચી શકાય નહિ. પશુપક્ષીઓ પ્રત્યે આચરવામાં આવતી નિર્દયતા મનુષ્યોની સાથે કરવામાં આવતા વ્યવહાર ઉપર પણ અસર કરે છે. જે મનુષ્યો પ્રત્યે રાખવામાં આવતા પ્રેમ તથા સદ્વ્યવહારનો અર્થ સમજે છે તે પશુપક્ષીઓ સાથે નિર્દય બની શકે નહિ. પોતાનો જીવ દરેકને વહાલો લાગે છે. બધાને એકસરખી જ પીડા થાય છે. પોતાના શરીરમાં સોય ખોસીને તથા કોઈ અંગ કાપીને આપણે અનુભવ કરી શકીએ છીએ કે એનાથી કેટલી વેદના થાય છે. પોતાના બાળકો તથા પ્રિયજનોને પોતાની આંખો આગળ કાપવાની અને એમના કરુણ ચિત્કાર સાંભળવાની કલ્પના કરીને આપણે વિચારી શકીએ છીએ કે માંસ કઈ રીતે ખાઈ શકાય. તાકાત અને સ્વાદ માટે જો આપણે આપણાં બાળકોને મારીને ખાઈ શકીએ, તો જ આપણે બીજા જીવોની હત્યા માટે તૈયાર થવું જોઈએ. કતલખાનામાં છરીની નીચે તડપતાં પશુઓ અને કતલ કરવામાં આવતા મનુષ્યને એકસરખી જ પીડાનો અનુભવ થાય છે. મનુષ્યને મારીને ખાઈ જનાર તથા બીજા જીવોને મારીને ખાનાર આપણા માનવીય કાયદા પ્રમાણે ઓછા કે વધારે અપરાધી હોઈ શકે, પરંતુ ઈશ્વરની દૈષ્ટિએ એ બંને એકસરખા જ પિશાચ છે.

કોઈ મોટા સ્વાર્થ માટે કોઈ ભયંકર દુષ્ટતા આચરે તે સમજી શકાય પરંતુ અકારણ, માત્ર પેટ ભરવા તથા ઊલટી બીમારી, વિકૃતિ, હાનિ અને જોખમભરી મૂર્ખતા માટે માંસ ખાવું તે બંનેય

બાબતો અજ્ઞાનસૂચક છે. માંસની ગંધ, બનાવટ, સ્વાદ બધું જ એવું છે કે એના અસલી રૂપમાં તો ઘૃણા ઉત્પન્ન કરે છે. એની નજીક જતાં પણ ચીતરી ચઢે છે અને ઊબકા આવે છે. બાકીને, તેલમાં તળીને તથા ખૂબ મસાલા નાખીને જ એને એવું બનાવી શકાય કે જેથી એનાં અસલી રૂપગંધ દૂર થઈ જાય અને મોં એને અંદર જવાની રજા આપે. હિંસક જાનવરોને કદાચ તે સ્વાદિષ્ટ લાગતું હશે, પણ મનુષ્યની ઈન્દ્રિયો માટે તો તે સૂગ ઉપજાવનારું છે.

કયા પ્રાણી માટે કયો પદાર્થ સ્વાસ્થ્યવર્ધક છે અને કયો હાનિકારક તેની સામાન્ય પરીક્ષા એના અવયવો છે. માંસાહારી જીવોના દાંત અણિયાળા તથા ધારદાર હોય છે કે જેથી તેઓ જીવતા પ્રાણીને પણ ચીરી શકે. એમના નખ એટલા બધા તીક્ષ્ણ અને મજબૂત હોય છે કે કોઈના શરીરમાં ખૂંપાવીને તેને બરાબર જકડી શકે. તેઓ જીભથી ચાટીને પાણી પીવે છે તથા રતિક્રિયા વખતે જોડાઈ જાય છે. આમાંનું એક પણ લક્ષણ માણસમાં નથી. વાંદરો શુદ્ધ શાકાહારી છે. મનુષ્યની શરીરરચના પણ શાકાહારી પ્રાણીની જ છે. પોતાના શરીરની પ્રકૃતિથી વિરુદ્ધનો આહાર હંમેશાં હાનિકારક હોય છે, કારણ કે પાચનતંત્રમાં ઉત્પન્ન થતો રસ પ્રકૃતિ વિરુદ્ધના આહારને પચાવી શકતો નથી. શાકાહારી ગાય, ભેંસ, બકરી, વાંદરો વગેરેને માંસ ખવડાવવામાં આવે તો તેઓ એ ખાય જ નહિ. જો ગમે તેમ કરીને ખવડાવી દેવામાં આવે તો તેઓ તેને પચાવી શકે નહિ અને માંદાં પડી જશે. આવું જ સિંહ, વાઘ વગેરે માંસાહારી પ્રાણીઓની બાબતમાં છે. જો તેમને ઘાસ ખવડાવવામાં આવે તો તેઓ એને પચાવી શકે નહિ. એમનું પાચનતંત્ર એનો અસ્વીકાર કરશે. મનુષ્યની પ્રકૃતિ માટે માંસ બિલકુલ વિપરીત છે. તે કાચું માંસ પચાવી શકતો નથી. જો તે કાચું લોહી પીવે તો તેનાં આંતરડાં સડી જશે. માંસને ગમે તેટલું રાંધવામાં આવે, છતાં પ્રકૃતિના નિયમને બદલી શકાતો નથી. આથી માંસ હંમેશાં આપણને નુકસાન જ કરે છે. જે લોકો એને શક્તિવર્ધક માને છે તેઓ ઊંડા અજ્ઞાનમાં ગોથાં ખાય છે.

જેમણે માનવના શરીરશાસ્ત્રનો ઊંડો અભ્યાસ કર્યો છે તેમણે સ્વાસ્થ્યની દૈષ્ટિએ માંસાહારને તદ્દન બિનઉપયોગી સાબિત કર્યો છે. હેંગનું કહેવું છે કે “શાકાહાર જ શક્તિ પેદા કરે છે. માંસથી ફક્ત ઉત્તેજના જ વધે છે.” ડૉ. કલેમડે લખ્યું છે કે “બાળકોને માંસ ખાવાની ટેવ પાડવી તે એમને આળસુ, દુર્બળ તથા ઝઘડાખોર બનાવવાની શરૂઆત છે. મેનરી પડરી નામના સંશોધકે લખ્યું છે કે “શાકાહારીઓની સરખામણીમાં માંસાહારીઓ વધારે બીમાર પડે છે ને જલદી મરે છે.” ડૉ. પારકરે કહ્યું છે કે “માથાનો દુખાવો, અપચો, સંધિવા, થાક, રક્તપિત્ત, મધુપ્રમેહ વગેરેનું કારણ યુરોપ તથા અમેરિકામાં વધેલો માંસાહાર જ છે. ડૉ. રસેલે કહ્યું છે કે “જો માંસાહાર બંધ કરી દેવામાં આવે તો દુનિયામાંથી અડધી બીમારીઓ આપોઆપ જ નાશ પામશે.” ડૉ. એન. ચર્ચિને સાબિત કર્યું છે કે “માંસમાંથી પ્રોટીન મળે છે તેમ માનવામાં આવે છે, પરંતુ એ પ્રોટીન એટલા હલકા પ્રકારનું હોય છે કે એનાથી નુકસાન જ વધારે થાય છે.”

જાપાનના પ્રસિદ્ધ વૈજ્ઞાનિક પ્રો. વેજ્જ અનેક પ્રયોગો પછી એવા નિષ્કર્ષ પર આવ્યા છે કે “મનુષ્યની પ્રકૃતિમાં ક્રોધ, ઉદંડતા, આવેશ, અવિવેક, કામુકતા અને અપરાધી પ્રવૃત્તિ ઋપન્ન કરવામાં તથા તેને ઉશ્કેરવામાં માંસાહાર મોટો ભાગ ભજવે છે.” વાસ્તવમાં મનુષ્ય જેવું ખાય છે એવું જ એનું મન પણ બને છે. પશુઓનું માંસ ખાઈને એને પોતાના શરીરનો ભાગ બનાવનારનું મન પણ પશુપ્રવૃત્તિઓથી ભરાઈ જાય છે. તેઓ કોઈ ઉચ્ચ આદર્શ રજૂ કરી શકતા નથી. એમની ચેતનામાં પશુતા વધતી જવાથી એમની વિચારપદ્ધતિ તથા કાર્યશૈલીમાં પણ લગભગ એવાં જ લક્ષણો જોવા મળે છે.

ભારતની યાત્રા કરનાર સુપ્રસિદ્ધ ફાહિયાન, માર્કોપોલો, જે.ટી. ટેલર, હોરફલાયર જેવા વિદેશી યાત્રીઓએ પોતાની ભારતયાત્રાનાં વર્ણનોમાં લખ્યું છે કે “ભારતમાં ચાંડલો સિવાય બીજો કોઈ સભ્ય માણસ માંસ ખાતો નથી” ધાર્મિક દૈષ્ટિએ તો એને સદા નિંદનીય

પાપકર્મ માનવામાં આવ્યું છે. બૌદ્ધ તથા જૈન ધર્મ તો અહિંસામાં જ માને છે. વૈષ્ણવ ધર્મ પણ આ બાબતમાં એટલો જ સતર્ક છે. વેદ, પુરાણ, શ્રુતિ, સ્મૃતિ, સૂત્ર વગેરે હિંદુ ધર્મગ્રંથોમાં અનેક જગ્યાએ માંસાહારની નિંદા કરવામાં આવી છે તથા તેનો નિષેધ પણ કરવામાં આવ્યો છે. બાઈબલમાં કહેવામાં આવ્યું છે કે “હે જોનારાઓ ! શા માટે જોઈ રહ્યા છો ? આ કાપવામાં આવનારાં જાનવરોના વિરોધમાં તમારી જબાન ખોલો.” ઈસુ કહેતા હતા કે “કોઈને મારીશ નહિ. પ્રાણીઓની હત્યા ના કરીશ અને માંસ ના ખાઈશ” કુરાનમાં લખ્યું છે કે “લીલું ઝાડ કાપનારા, મનુષ્યને વેચનારા, જાનવરોને મારનારા અને પરસ્ત્રીગમન કરનારાઓને ખુદા માફ કરતો નથી. જે બીજાઓ પર દયા કરશે તે જ ખુદાની દયા મેળવી શકશે.”

આપણે વધતા જતા માંસાહારથી થનાર નુકસાન પર વિચાર કરવો જોઈએ અને આપણી મૂળ પ્રકૃતિ તથા પ્રવૃત્તિને અનુકૂળ આચરણ કરવું જોઈએ કે જેથી આપણું શારીરિક તથા માનસિક સ્વાસ્થ્ય નષ્ટ ન થાય. નિષ્ક્રિયા તથા ફૂરતાનું બીજું નામ જ માંસાહાર છે. આપણે આપણા સ્વભાવમાંથી એ દુર્ગુણોને દૂર કરવા જોઈએ. નહિ તો આપણો વ્યવહાર મનુષ્યો પ્રત્યે પણ એવો નિષ્ક્રિય તથા ફૂર થઈ જશે અને સંસાર સાક્ષાત્ નરક બની જશે.

## ૫૦. તમાકુનું વ્યસન છોડવું જ જોઈએ

બુદ્ધિમાન ગણાતો મનુષ્ય ન કરવાનાં કામો કરે છે અને ન ખાવા યોગ્ય ચીજો ખાય છે ત્યારે સ્વાભાવિક રીતે જ એની બુદ્ધિમત્તા પર શંકા જાય છે. તમાકુ એક ઝેરી પદાર્થ છે, જે મનુષ્યના શરીરમાં દાખલ થયા પછી હંમેશાં નુકસાન કરે છે, એમ છતાં કોણ જાણે શાથી એનું સેવન વધતું જાય છે ? લોકો એને ખાવાપીવાથી માંડીને સૂંઘવા તથા દાંતે ઘસવામાં ઉપયોગ કરે છે તથા પોતાના ધન, સમય અને આરોગ્યની બરબાદી કરે છે.

ખરેખર તમાકુ એક ઝેરી છોડ છે એમાં નિકોટીન, કોલટાર,

કાર્બન મોનોક્સાઇડ જેવાં ઘાતક ઝેરીતત્ત્વો હોય છે. આ ઝેરી તત્ત્વોની થોડીક માત્રા પણ જો શરીરમાં એકઠી થાય તો મંદગ્નિ, લોહીનું દબાણ, ખાંસી, દમ, અનિદ્રા, અંધત્વ, મધુપ્રમેહ જેવા રોગો પેદા થાય છે. કચી ઉંમરનાં બાળકો જો ધૂમ્રપાન કરે તો તેમનો શારીરિક વિકાસ અટકી જાય છે અને તેઓ ઠીંગણાં તથા દુર્બળ રહે છે. સ્વપ્નદોષ થવા લાગે છે તથા મોંઢામાંથી દુર્ગંધ આવવા માંડે છે. લોહીમાં તમાકુનું ઝેર ભળવાથી ફોલ્લીઓ, દાદર, ખસ, ખૂજલી, છાલાં પડવાં, ચામડી પર ચીરા પડવા, સંધિવા, બ્લડપ્રેશર, ભયંકર ગૂમડાં જેવા રોગો થવાની શક્યતા રહે છે. કેન્સર જેવા અતિ ભયંકર અને અસાધ્ય રોગનું મૂળ કારણ તો તમાકુ જ છે.

જગતના બધા દેશોનાં વૈજ્ઞાનિક સંશોધનોએ તમાકુને મનુષ્ય માટે દરેક દૈષ્ટિએ નુકસાનકારક માની છે. સરકારે કાયદો બનાવીને દરેક સિગારેટના પાકિટ પર 'સ્વાસ્થ્ય માટે હાનિકારક' લખવાનું ફરજિયાત કર્યું છે. અમેરિકામાં તો દરેક સિગારેટ પર પણ એવું લખવામાં આવે છે. મનોવૈજ્ઞાનિકોને પણ તમાકુની ખરાબ અસર જોવા મળી છે. તમાકુ પીવાથી ગુસ્સો વધારે આવે છે. ચીડિયાપણું, ગુસ્સો કરવો તથા આવેશમાં આવી જવું વગેરે તમાકુનાં ખરાબ પરિણામ છે. કામવાસના વધારવામાં પણ તે મહત્ત્વનો ભાગ ભજવે છે. તમાકુથી યાદશક્તિ ઘટે છે તથા આળસ-પ્રમાદ વધે છે. જે તમાકુનો ઉપયોગ કરશે તેનામાં ઉપરના બધા દોષોની વૃદ્ધિ થશે.

નશો ક્ષણિક ઉત્તેજના પેદા કરે છે. જેવી રીતે ચાબુક મારવાથી ઘોડો એકદમ દોડવા માંડે છે એવી જ રીતે નશાખોરી પણ આપણા સંચિત શક્તિભંડારને ઉત્તેજિત કરે છે. તમાકુ પીતી વખતે લાગે છે કે થોડીક સ્ફૂર્તિ આવી, પરંતુ છેવટે તો એનું પરિણામ ઘાતક જ બને છે. વારંવાર ચાબુક મારીને ઘોડાને તેની શક્તિ કરતાં વધારે દોડાવવાથી તે વહેલો થાકી જાય છે અને મરી જાય છે. આવું જ તમાકુથી પણ થાય છે. તમાકુથી વારંવાર ઉત્તેજિત થવાથી શરીરનો શક્તિભંડાર ખૂબ જલદી ખલાસ થઈ જાય છે અને જુવાનીમાં જ ઘડપણ આવી જાય છે અને દમ,

ઉધરસ, કેન્સર જેવા રોગોમાં ફસાઈને અકાળે મૃત્યુ થઈ જાય છે. દુઃખ એ વાતનું છે કે આટલું નુકસાન થતું હોવા છતાં પૈસા ખર્ચાને વ્યસન કરે છે અને ખુશીથી એ મંદ ઝેર પીને ધીરે ધીરે આત્મહત્યા કરવાના ખેદજનક માર્ગે ચાલતા રહે છે.

ધીરે ધીરે આ દુર્વ્યસનમાં કેટલા પૈસા ખર્ચાઈ જાય છે એનો હિસાબ કરીએ ત્યારે આશ્ચર્ય થાય છે કે આપણા ગરીબ દેશના લોકો શા માટે પૈસાની અને આરોગ્યની બરબાદી કરે છે. દરરોજનો ઓછામાં ઓછો બે રૂપિયાનો ખર્ચ ગણીએ તો વર્ષ ૭૨૦ રૂપિયા થાય. ૧૫ વર્ષની ઉંમરથી માંડીને ૬૫ વર્ષની ઉંમર સુધી ૫૦ વર્ષ જો માણસ બીડી પીવે તો ૩૬,૦૦૦ રૂપિયાનો ધુમાડો કરી નાખે છે. જો આ પૈસાને બચતપત્રો કે બીજી કોઈ રીતે રોકવામાં આવે તો બમણા થતા જઈને લગભગ દોઢથી બે લાખ રૂપિયા ઓછામાં ઓછા એની પાસે થઈ જાય. એ પૈસાના વ્યાજમાંથી માણસ પોતાના ઘડપણમાં શાંતિથી જીવી શકે અને એને કોઈના ઓશિયાળા રહેવું ન પડે. જો એવી જરૂર ના હોય તો આ પૈસા પરમાર્થના કામમાં પણ વાપરી શકાય, પરંતુ થાય છે ઊંધું. આટલા બધા પૈસા પણ બરબાદ થાય છે અને શરીર રોગિષ્ઠ બને છે તથા માનસિક રીતે પણ દુર્ગતિ થાય છે.

મુખમાંથી કાયમ દુર્ગંધ આવતી રહેવાના કારણે પાસે બેસનારના મનમાં ઘૃણા ઊભી થાય છે અને તમાકુના ઝેરી ધુમાડાથી હવા પણ ઝેરી બની જાય છે અને તે માત્ર પાસે બેઠેલાને જ નહિ, દૂરના લોકોને પણ નુકસાન કરે છે. આ રીતે તમાકુનું વ્યસન માત્ર પોતાને જ નહિ, પરંતુ બીજાઓને પણ નુકસાન કરે છે અને એનું પાપ બીડી-સિગારેટ પીનારને લાગે છે.

દેશને તો આના કરતાં પણ વધારે નુકસાન થાય છે. આપણા દેશના લોકો દરરોજની લગભગ ચારપાંચ કરોડ રૂપિયાની અને વરસે દહાડે લગભગ પંદરસો કરોડ રૂપિયાની તમાકુ પી જાય છે. આટલું ઘન જો શિક્ષણનો ફેલાવો કરવામાં વાપર્યું હોય તો ? જેટલા એકર જમીનમાં તમાકુ રોપવામાં આવે છે એમાં જો

અનાજ પકવવામાં આવે તો અનાજની સમસ્યા હલ થઈ જાય. એક નાનકડા ગામમાં ૫૦૦ લોકો રહેતા હોય અને એ લોકો જો બે રૂપિયા તમાકુ પાછળ ખર્ચતા હોય તો દરરોજના ૧ હજાર રૂપિયા અર્થાત્ મહિનામાં ૩૦,૦૦૦ રૂપિયા અને વર્ષે ૩૬,૦૦૦ રૂપિયાની તમાકુ પી જાય. જો એ ગામ પ્રતિજ્ઞા લઈને તમાકુનું વ્યસન છોડી દે અને એ પૈસા ગામના વિકાસ માટે ખર્ચે તો ગામમાં હાઈસ્કૂલ, ગૃહઉદ્યોગો, હોસ્પિટલ, પાકા રસ્તા, જાજર, મુતરડી, વોટરવર્ક્સ વગેરે સગવડો કરીને પોતાના ગામને સરકારની મદદ વગર પણ સુવિકસિત અને આદર્શ ગામ બનાવી શકે, પરંતુ થાય શું ? આપણે તો ઊંઘી દિશામાં જઈ રહ્યા છીએ. નવસર્જન કરવાના બદલે આપણે તો વિનાશના માર્ગે વળી ગયા છીએ.

તમાકુનો ખરાબ પ્રભાવ શરીર તથા ધન સુધી જ સીમિત નથી. તેનાં સામાજિક પરિણામો પણ ખરાબ આવે છે. જે મજૂરો તમાકુની ખેતી તથા તેને આધારિત ધંધાઓમાં રોકાયેલા છે તેઓ જો ઘરનિર્માણ, વસ્ત્રનિર્માણ, ગૌપાલન, મધમાખી ઉછેર જેવાં ઉપયોગી કાર્યો કરે તો વધારે ભાડું આપીને ગંદાં મકાનોમાં રહેવું પડે છે એ સમસ્યા દૂર થઈ જાય. કપડાંની તંગી અને મોંઘવારી દૂર થઈ જાય. દૂધ, ઘી અને મધ છૂટથી મળતાં થઈ જાય. પરંતુ લાખો મજૂરોનો આટલો બધો પરસેવો જ્યારે વિનાશકારી ઉત્પાદનમાં ખર્ચાતો હોય અને કેટલાય વેપારીઓ આ ઝેરના વેચાણમાં પોતાની મૂડી, ચતુરાઈ તથા મહેનતનો દુરુપયોગ કરતા હોય તો ઉપયોગી ઉદ્યોગધંધાનો વિકાસ કદી થઈ ના શકે. તમાકુની જાહેરાતો માટે જે ધન વેડફાય છે તે લોકોનું સ્વાસ્થ્ય અને ચરિત્ર સુધારવા માટે ખર્ચવામાં આવે તો લોકોને કુમાર્ગેથી પાછા વાળી વિકાસની દિશામાં પ્રગતિ કરી શકાય.

બીજા નશીલા પદાર્થોની જેમ તમાકુમાં પણ તામસિક દુર્બુદ્ધિ અને અપરાધી વૃત્તિ વધારવાનો દોષ છે. નશાખોર વ્યક્તિની આધ્યાત્મિક સંવેદનશીલતા ઘટે છે અને એને એને કુકર્મ કરતાં શરમસંકોચ થતાં નથી. ઉદ્ધત વર્તન કરતાં અને ઉદંડતા આચરતાં



તે અચકાતો નથી. મનુષ્યમાં અપરાધી વૃત્તિઓ વધારવામાં નશાબાજનો બહુ મોટો હાથ છે.

આથી જ બધા ધર્મો તથા શાસ્ત્રોએ એકી અવાજે નશાખોરીની, તમાકુની નિંદા કરી છે અને એને પાપ ગણાવ્યું છે. વેદોમાં પણ એની નિંદા કરી છે. મનુસ્મૃતિમાં એને ભયંકર પાપ માનવામાં આવ્યું છે. બૌદ્ધધર્મમાં જે મુખ્ય ચાર પાપ માનવામાં આવ્યાં છે, તેમાંનું એક નશાખોરી છે. કુરાનના પારા સાત, સૂરત માયકારૂક એકમાં કહેવામાં આવ્યું છે કે “હે ઈમાનવાલો, નશીલી ચીજો હરામ છે. એમનાથી દૂર રહો” બાઈબલનું કથન છે કે “અંતે નશાબાજની પણ શેતાનની જેમ જ દુર્ગતિ થશે. જે નશો કરશે તે સુખી નહીં રહે.”

આપણી પ્રકૃતિ આ તથ્યને જાણે છે. તેથી તમાકુને શરીર પહેલાં તો સ્વીકારતું જ નથી. બીડીસિગારેટ પીવામાં આવે છે તો નાક તથા મોઢામાંથી ધુમાડો બહાર કાઢી નાખવો પડે છે. તેને ખાઈએ છીએ તો ઘડી ઘડી થૂંકવું પડે છે, સૂંઘીએ છીએ તો છીંક દ્વારા તે બહાર નીકળી જાય છે. આમ છતાં કોણ જાણે શા માટે લોકો પ્રકૃતિ વિરોધી કામ કરીને ચારે બાજુથી પોતાનો વિનાશ નોતરે છે ?

આપણે પોતે તમાકુથી દૂર રહીએ જો તેનો ઉપયોગ કરતા હોઈએ તો સાહસપૂર્વક તેને છોડી દઈએ તથા જે બીજા લોકો પીતા હોય તેમને એ છોડી દેવા માટે આગ્રહ કરીએ.